

## Foreword

In spite of the advancement of science and knowledge diseases and sickness are very much on the increase. Does not this itself indicate that there must be something radically wrong in the conventional method of living and of treating human ailments?

Health is an inestimable blessing and the only way to maintain it is through care of the body. Any knowledge leading to its being should therefore be treated as essential and should be studied first.

Sir Oliver Lodge has said, "As a scientist of fifty years of study and research, I come to the conclusion that the things which have said impossible today, become possible tomorrow, things considered improbable today become probable tomorrow, the cases considered incurable today by the professional men, will be found to be curable by some other method tomorrow".

We should realize that there is something good in every science, and it is the duty of every practitioner who, while specializing in one particular line of healing, should make a comparative study of various other sciences in order to keep an open mind. As there would be less of antagonism between the different methods and more of co-operation thereby helping the sick and giving them the best in healing.

I congratulate Vaid Acharya in his effort to comprise in such handy form many useful and important hints from various methods of healing, without attempting to prove the superiority or inferiority of any one science. Though he specializes in Ayurved, he has delved deep into all the other sciences of healing, which I firmly believe, should be the aim of all practitioners in the healing profession. Many a hint given in this book by the learned Vaid will be useful to the busy practitioner as well as to the lay person, to whom it offers innumerable simple home remedies, which can be resorted to in cases of emergency.

J. M. Jussawalla, N. D., D. O., D. C. (Eag.)  
Director, Natural Therapy Clinic BOMBAY.

## તખીબશાસ્ત્રોનો નિચોડ

ટીકાજોર કહેશે— “તમે વધે છે તો આપુવેંદ ઉપર એલોપથી જેવી ખીજ સારવાર સીસ્ટમો ઉપર કસમ નહીં મનાવે. વાત ખરી! પણ આગની રીતોતી પ્રભુ શું મગિ છે? સારવાર શરતે નિચોડ...એકલે જે રસ્તા છે : તખીઓ પોતે તે માન આપે અથવા રહી ખીજને તેવું માન કેળાવવા દે! આજે આપુવેંદ કુંકું, ધાંધળા પાણી વિદ્યા અગાધ છે કખીર સાહેબ કહે છે—

“પુરણોગ પાર નહીં, વેદોગ અંત નહીં.”

વાણી અપાર કહો, કયા ચિત્ત દિશ્યે?”

હું કાંઈ પંડિત કે પ્રોફેસર નથી. સાદાર કે શાસ્ત્રી નથી. બે દોકદર કેલે મ સાહેબ (M.D.) પ્રયોગથી સિધ્ધ કરી આપું છે કોવેજના વિદવાન પ્રોફેસર કરતા એક સામાન્ય કુકર, જોરાક સંજ વધું માન ધરાવે છે...પણ પોતાના અભ્યાસનો અરક આપવાની છનશાનને છુટ રહેતી જોઈએ. આ મંત્રદ એકજ પુસ્તકનો નથી. એક બેજના બેદી બંડારીયાનું આ બંડોલ નથી... અટપટ છલાગે બતાવ ‘રેડી રેકરન્સ’ કિતાબની જરૂર તો હતી જ, પણ તેવી પ્રવૃત્તિ સચ્ચના અભાવે, ટચુકા વેદો પોતે જ એ જોખમી સાડસ ઉલીંગે છે. સકિત તેવી બકિતનો આદેશ દરદયમાં રાખી, પાણી ઘાસ “દહીંનું” ડોડયાળ ખસાડીને, મવાઇ ઉચકી લેવાના હંસ ન્યાયે, કે ઉપયોગી તત્વો અહીં ટપકાવી લેવાયા જ.

દરદીઓની રૂચી વિવિધ પ્રકારની જ હોય. અમૃત પણ વખતે ઝેરી બસર કરે છે. ગોરા સાહેબો ‘પરસલી’ ખાઇ આરોગ્ય મે તેજ બાજી પોપટનું મોત લાવે. ખાંડ સાકર મીઠાઇ બચ્ચાઓને ગ્રીય હો તેજ મીઠાસ, ખચ્ચરને મારી નાખે!! મૂડીવાલની બાલુમતી એલેપથી આગવાર ઉપર શીઠ છે ઈન્જેક્શનથી કંટાલેલો વર્ગ નેચર-કોચરને રસ્તે પડે એાછી આવકનાયો શ્રમકની વર્ગ ખાઇ-પછાની પડીકી ખાઈ બચડેલા આરોગ્યની મરામત કરી લે ત્યારે છેક નાની લલુમત હોબોપથાનો કુદેજો આસરે ગોધી તંદુરમતી મેલવે. એકજ કાંદરે અને પડીઓનો સિદ્ધર કરવાને કાપડે, નિર-નિરાળી પધ્ધતીઓ જે અહી માખ નુકપે ગળેલી લેવ ઇ તેમા કતેદ કેટલી, ખામી કેટલી, અઃ કેટલો, નિજરેનો ન્યાય અને નિષ્કૃષ્ઠ તમારે જ કરવાનો રહ્યો

કિતાબની શરૂઆતમાં વ્યવસ્થિત સંગ્રહ ખતમ કરી નાખ્યા, બાન  
 દવાપણા પ્રયોગો ઉમેરાયે આપી, અધુરા જણાતા સંગ્રહને બની શકે  
 હો સંપૂર્ણ અને સમૃદ્ધ બનાવવાનો પ્રયાસ રખાયો છે. ઘ ત આખના  
 કળ મથાળા નીચે અનેક ઠેકાણે વિખેરાયેલી નોંધો મલી  
 તરો, પણ તેવા દરેક ફકરામાંથી પ્રેમી પાકેકને નવીજ રાશની મલી મહેરો.

થોડી લીટીમાં પુષ્કળ કહી નાખવાની રિવાજ નીતિ મુજબ બખી-  
 ઇ વીના, મેથુમાર નુરખા સીંચી દેવાયો છે. જેમકે યુનાની વિભાગમાં  
 દ્રવ્યો-ગુણ, " પ્રીત્કીપશનો અને શબ્દકોષ આપી, પછીના પાનામાં  
 સ્તકનો આત્મા-" ફરી ઇલાળે " નો વિચાળ સંગ્રહ જે ભરી દેવાયો

તેમાં કેટલાક ઉપાયો તમે પહેલીજવાર વાંચશો. મહીલાઓની માંદગી  
 અને બાળકોની માવજતના પ્રકરણોમાં છીંકી કુંઝોમાંથી જાણને જથ્થો

ર કરી ફક્ત ચીકાસદાર મરકો ઉઘડી લેવાયો છે. હોમ્યોપથીક રપે-  
 શીક પહેલીજવાર ગુજરાતીમાં પ્રગટ થયાં છે. હોસ્પીતલ કરોડીમાં સફળ

સિવડેલાં બાયોફીઝીક હારો, "કુનીનીકલ કેસો"માં ઉપાયો છે. ભારત છુટીને  
 ફાલ 'પંડિ પોકારે'ના પ્રકરણમાં ઇખલ કરેલો છે. નાજકશરના નામ

નીચે નવાજ નુરખા નાંખેલા છે. પછીના પેજમાં એપસમની અભયબી,  
 એલોપથી ઓળખ, પેટ'ટ દવાઓ, રાક્ષીમાં દવાખાનું, મલમપટાનો હુતર,

આયુર્વેદ રપેશીક, રાગ પ્રમાણે દવા, આરોગ્યના કળ્યો, જોરાકનું વગી-  
 કરણ, આખાની ઝાડલી, ઔષધી સંગ્રહ વીજેર બહુકલાં પ્રકરણોમાં "નવી-

નતાનો નિચોડ" સીંચી દેવાયો છે. એમાં શબ્દોનો વિસ્તાર નથી.  
 શમસીના કેટલોગમાં અને બાટલીના લેમલો ઉપર, દવાનું પ્રમાણ

ઓખખું જણાવેલું છે. ૨૪ ની ઉપરના રોગીને ૨૪ ગ્રેન, બાર વર્ષના બાળકને  
 ૧૨ ગ્રેન, અને એક વર્ષથી નીચેના બખ્યનિ એક ગ્રેન દવાનો ડોઝ

આપો. પ્રમાણ નહીં જણાવ્યું હોય ત્યાં દ્રવ્યો સરખાં વજન લેજો. ધરમાં  
 માપ-તોલ નહીં હોય તો એક ચપટી જેટલાં પ્રમાણથી મંગણ કરી,

કદમ-કદમે વધારીને એક ચમચી જેટલું ચુર્ણ લેજો. અમેજ તથા હોમ્યો  
 દવા ૪ કલાકે અને દેશી દવાઓ ૬ કલાકે લેવા વિનંતી છે.

ચોતાનો કીમતી વખત રેકીને 'પ્રવેશીમ' વખી આપના માટે  
 વિદ્વાન ડોક્ટર જસાવાલાનો ઉપકાર મળું છું. જણીતા તખીઓ તરફથી  
 મલેલી પ્રેરણા માટે ઉપકારી છું આજલાં પુસ્તકો મધક આ કિનાય પણ  
 પ્રેક્ટીશનરો તથા વાંચકોમાં સારો આદરભાવ પામશે એવી ખાત્રી સાથે—  
 વૈધ હો, ૨. અચાર્યા

## અનુક્રમણિકા

૧૭-૨૦ યુનાની વિભાગ-ધસપ-દ-નરવ ટોનીક, ઉશાને રેવ-દ-કુબ્જયાત, નગર-નસોની નગળામ, પુન્ડ પિતનાશક, આનુબાધુ-પીસામ લાવે આચા-દસ્તાન લાવે, આસ-વેદના ચામક આમલીનાં બી-ધસલખગુલ-મરડો કુબ્જયાત, કિકવાન-સોળનાશક, ઉનામંપિતનાશક, ઉશક-કંક કાઢે ઉશનાન-મુતળ, બાવલ ગુદર-ટોનસીન અતિસાર, અકીક-પિતનિકાર, અખરો-સોમળ તાવો, ખુરાસો પિડાશામક, અજર-બાળ મુધારે, ઉબરો-ગળાના દરદો, અનેનાશ-મોનીયો, અનીસું-પાયક, આકાશવેલ-વાળો, સખળે કાનરોગ-અમાઝા-કલેળ રોગ, અંબર-કંપવા, આબાહળદ-સોળે, અમલતાશ-દસ્તાન લાવે, ઉશબો-વાયુ રોગ, ઉસરબ-ચામડીના રોગો

૨૧-૩૮ ઉદકમારી - રાનતંતુ, કાકડીના બી-પીસામ લાવે, કનીરો-કંડો, દોધીના બી મગજના રોગો, કસુબો-કંક રોગ, કરજી-નાવ કરમ હરનીયા, કસુમ બી-કલેળ રોગ, કાકનજ-પથરી કાગજ-લોહી બધ કરે, કાળા દાના-તોફાની જોવામ, કાસની-કલેળ, કાકુ-ઉધ લાવે, દરાખ-દુધનો ગુણ, કીકર-પીસાખમાં રસી, કુવકા-કલેળ, કુવજન-મોદાની વાસ, ખરજીયા-ગુરદા રોગ, અવસીયા-હવસ જગડે, ખસખસના પોષ-સરદી અનિંદ્રા, ખાકરી-ચેપી રોગો, ખુરમા-આસ રોગ, ગાઉંબાન-હરદય, ગાજરના-બી-ટોનીક, ગાદસ-ધીમો તાવ, ગારડીયુન-સંધીવા, પીપી માટી-પ્રુષર અથ, ચીથગોઝા-ઉતેજક, ચારોલી-કાંતિવર્ધક, જદવાર-લકવો-જામુરદ-પથરી, જરાખંધ-પિડાશામક, જહરમદોરા-હરદય રોગ રીકેટ, જુનબેદસ્તર-નામરદી, જુકા-ખામી, ખરજીય બી-મુતળ, રૂપે-ટીન-હખી ખાસી, અવીઝ-અતિસાર, દારગીના-ચાંદી, નારસુશક-નાગકેસર-પપીના-પથેગ ધંહીરીસીયા, કાદના બી-જલદર, પરતા-હરદય હરજ-આતરડા. કાળસા-રસી, બકાચન-ચામડીના રોગો, બનકંસા-

કેનસર ૨૭- હજરણ ધહુદ-પથરી, સરમાહી-પથરી, ખશય-કેલશીયમ,  
 મુરંગન-સંધીવા, સિંદુર-કોહવાટ, અખમ-ખી વિટાગીન, સીમમ-કોહ,  
 શાહતરા-જીવ્ય નવર રકત પ્રદર, સલગમ-હજી ખાંસી, લોખાન-ન્યુમોનીયા,  
 જૈનુનતેલ-પેટના રોગો, રેહાન-મરડો, રેવંચી-પિત વિકાર, રાતીતજ-દરાજ,  
 રણુલમુસ-ગળાં રોગ, મહીસાવા-કફ રોગો, મેદા લકડી-હાકાં, મુલી  
 ણીજ-ગેસ- મુરદાસંગ-ચુમર્જ, રોખીયાન-ઉતેગક, જહરજ-સંધીવા,  
 માખીરાન-આખ રોગ, મરતગી-કલેમ, મકોય-ખહી, મુલક-હાટ ટોનીક,  
 મુરાદા-પુત રત્ન, ખીરજીવી-હાંશુ, અલનિરોધ-કદીન; મોનીયો-સરસા ખી.

ચુનાની કોપ- ચુનાની પ્રીકીપશન,

૩૩-૪૦ ફદીરી હસાએ, પ્રદર-ખાળ રોગ, ધાતુ વધે-ગભાં રોગ,  
 દાદર-એર ઉતાર, નામરદી-દેહી-હરદય, કલેમ-ખરજ, ટ્યુમર-આખ  
 રોગો, માયાના દરદો.

૪૧-૫૦ કાન-દાંત-સી રોગ, મુખ રોગ-માયા રોગ, સરદી-નાકના  
 દરદો, પથરી-ખીસાળ, વિધ-ખીસાળ-પ્રમેહ, કોહ, લમંદર, તાવ, અતિસાર,  
 ખાંસી.

૫૧-૬૦ ખહી, આસ, મંદખી, કોલેરા-હરસ, ગાંડપણ-રમેટીક-ઉસટી,  
 હીરદીરીયા, સોગ, હાથીપગ, ગોરા, વગ્ગન, દાદર આંહી, વધરાવલ, કંકમાળ.

૬૧-૭૦ કરમ કમળો, રકતપિત મુળરોગ, દાંત, કાન, નાક, તાવ,  
 માયાના દરદો, આખના રોગો.

૭૧-૮૦ ખહી આસ, ન્યુમોનીયા, ઉચ્છ્રી, કંકમાળ, કોલેરા, ઉદરી,  
 અખરી, ખાંસી, જુખ-આસ.

૮૧-૯૦ કમજીયાત, નજગાંઈ, પેટની પીડ, જલંદર, કરમ,  
 ખરજ, મંદખી, કલેમ રોગ, હરદય મુળ.

૯૧-૧૦૦ પાંસલી, ગેસ, સંધીવા, કરમ, મૃગી-શીટસ, ચાંપણુ,  
ઝેહારી શીકાચ, ચાંદી, કમળો.

૧૦૧-૧૧૦ અંડજંધી, અતિસાર, ભગિચાં હાડકાં, જનેતાના પૃષ્ઠ  
દરદો, ટ્યુમર લોહીવા, પાવણુ, પ્રદર, નાકની હાડકી કમર, લોહીવા કસુવાવડ  
છોડ, ઉધટી સતાન, સુવા રોગ દસ્તાન.

૧૧૧-૧૨૦ મહાનિરોધ, પથરી, ભખંદર, પ્રદર, સંઘડણી, હરસ,  
ન્યુમોનીયા.

૧૨૧-૧૩૦ નાસુર, કાળાચ, હરાજ, શીતળા, અનિંદા, વાળો-નાર,  
બાળકોના ૧૦૮ ઉપાયો.

૧૩૧-૧૪૦ એર નિવારણ હાડકવા, સાંપનું એર ૩૯ પ્રમાણે, ૧૧૧ હેમ્પ્સ-  
પથીક રપેસીશીક.

૧૪૧-૧૫૦ દીરુ રમેટીક, પંડિત પોકાર, અધેડો, રોહીડો,  
કાલમેષ, લીમડો, બેલ, સારોડી, કાયકા, આકડો, પપાઉ, ધીમેડા, પત્તરફોડ,  
કુરવા, આલપણી, પાવડીમ, પીપલો, મેકસીંગ, ઘાહમી, એખરા, વસાકા,  
ડોન પુલ્પી, વૃક્ષસીખેત પાપરા, અશોક, કંટકારી, જાંજી, કરીયાવુ,  
અરબુન, હરડે, ગળો, પટોલ, કુરચી, નીમકનો વજરાસ, ખાંડ, સેકરીન.

૧૫૧-૧૬૨ ઉપવાસ અને દુધ, સરસ્યા તેલના ૨૦ પ્રયોગો, ચાંતી કેમ  
મેળવી? નાગકેશરના નવા પ્રયોગો. હાલકરેસ્ટીલ, એપસમ.

૧૬૩-૧૭૦ એલોપથી દવાની ઓળખ. એસેટીક એસીડ,  
બેનઝોઇક એસીડ, બોરસીક એસીડ, કારબોલીક, ગાલીક, ટેનીક,  
હાઇડ્રોક્લોરીક, નાઇટ્રીક, સલ્ફ્યુરીક, કાઇસોફેનીક, હાઇડ્રો, ફાઇફેરીક, સાઇટ્રીક,

સકલોરોટીક, ટારટેરીક, કોરમીક, સેલીસીલીક, સહક્યુરસ, ઓકોનાઇટ, ઇથર, ઓલોઝ, ગેલમ, ઓમોન્યા, ઓમીન નાઇટ્રેટ, એન્ટીપાયરીન, એનટ્રીથીન, ટારટ્રેટ એન્ટીમની, આરજન નાઇટ્રસ, આરસેનીક, ડોનોવાન સોલ્યુશન, ફેરીઆરસેનીયા, એટ્રોપીન, એસોફીઝ, આમન્ડસ, એનેથી, ડીસવોટર, સાલવોલેટીલ, લેક્ટીક, ઓમોનીયા ફેસ, આરમોરોથીયા, બેઇલ, બેરીયમ નાઇટ્રેટ, બારહી, બેલાડોના, બોરાક, બાઇક્રમોનેટ, બીસમય સખનાઇટ્રેટ, પોટાશ બ્રોમાઇડ; હાઇપોફોસ્ફોરસ લાઇમ, ફેલોમલ, કેમ્ફર, લાન્થાન, નયરાઇડીસ, કેપસીકમ, આરકાન.

૧૭૨-૧૮૦ કાસ્ટોરા સાગરેઝ, કાસકેરીલા, કાસીયા લોનસી, વોલોઝ, કાસીયા શીસતુલા, કેસ્ટર ઓઇલ, કોટેચુ, કોમોમીસ, ચીરેટ, ક્લોરલ, ક્યોફી ફેમ, બ્રોમો-કલોરાઇડ, સોલ સોલ્યુશન, સીનકોના, કોકેન, કોક્યુથસ, કોક્લીવર ઓઇલ, કોલચીકમ, કોલોડીયન, કોલોસીન્ય, કામન સોલ્ટ, કોનીયમ, કોપેબા ઓઇલ, કોપર સલ્ફેટ, કોરોસીવ સબલીમેટ, કીયાસોટ, કીમ ટારટર, ક્યુબેનસ, કુસ્તો, ડેનડીનીયન, ડેડુરા, ડોવર પાઉડર, એલ્ડર ફ્લાવર, આરગટ, ઇએરીન્ડ, યુક્લીપતસ, મેગ. સલ્ફ, ગેમગેઝ, ગેલસેમીયમ, ગેનસન, ગેલોગર સોલ્ટ, ગલીસરીન, લીકોરીસ, ગ્રેગરી પાઉડર, ગ્રે પાઉડર, ગાપકમ, ગમ અકાશીયા, હેમીડેસમસ, હાયોસાઇમસ, હેઝીન, આયોડાઇડ મરક્યુરી, આઇસલેંડ મોલ્, આયોડીન, આઇડોઇમ, ઇપીકા, જેલપ, લુનીપર, ટ્રાલા નટ, કમ્બા, લેટયુસ.

૧૮૧-૧૯૦ લાઇમ, લીનસીડ, લીડીયા, લોબેલીયા, મોરશીયા, મરક, મસ્ક, કાનડી ફ્લુઇડ, પોટાશ નાઇટ્રેટ, નક્ષ વોળીકા, નેપથેલીન, ઓપીયમ, કરોટન ઓઇલ, ક્રીક ઓઇલ, પેલીટરી, પેપર, પેપરીન, ફેસફરસ, સુમરબેક, પોલોક્કરપીન, પોડોશીલમ. આયરનફેસ, પોટાશ કલોરેટ, પોટાશ આયોડાઇડ, શીતેસેટીન, કાસીયા, રૂબાબ, સેનલ ઓઇલ, સેન્ટોનીન, રસટોફ, સેવીન, સેનેમા, સરવેનટરી, સલ્ફર, સ્ટ્રીક્નીયા હાઇપો, સોલ્ડ, આયરન સનફે

ઝીંકસલ્ફેટ, ટોબાકો, ટાર, ટરપેનટીન, ચાઇમલ, ટોલુ, વેલેરીયન, જીંજર, નવાં અભિષેકો-સલ્ફાયાઝીન, પાલુડીન, પેનીસીલીન, સ્ટ્રેપથોમાઇસીન. કલોરોમાઇસીડીન.

૧૯૧-૨૦૦ ટેરામાઇમીન, કોડોપાઇરીન, ઓરોમાઇસીન, સાદી સારવાર-કોલ્ડ એક્સુઝન, કોલ્ડ બાય, કોલ્ડ સાવર, કોલ્ડ સીટઝ બાય, કોલ્ડ કુશ, કોલ્ડ સંપજ, આઇસબેગ, હોટ બાય, હોટ સીટઝ બાય, આર્કાલીન બાય, મસ્ટર્ડ બાય, સી બાય, નીમ બાય, સ્ટીમ બાય, હોટ વોટર બેગ, બ્રાઇનબેગ, લીનસીડ પોલ્ટીસ, ટરપેનટીન ક્લુમઝ, મસ્તક પનાનતર, ગારગલ્સ, એનીમા, ગલીસરીન, નેઝલ કુશ, ઓઇવોશ, અગ્રેજી પેટન્ટ, એગારાઇ, એલ્ટ્રીસ કોરડીયલ, એનજર ઇમલશન, બીયામ પોલ્સ, બેનચુ બાલસમ, બી-જી ફોસ, બાઇકોલેટસ, બાઇલ બીન્સ બીસુરેટઝ મેગ, બ્રોમાલીન સીરપ શીમ, કાર્તોપ્રીન, કારતર લીવર, એમઅરલેન કફ, કલાક' બલ્ડ મીક્ચર, ક્યુટીકરા, ક્યમીના, D. D. D., ડી-વીટસક્રીડની, નાગોડીન, એલીમેન, એમથો. ઇનોઝ, ઇવાન્સ પેરટીલ, ઇસેનોશીલ, ગાયટોનીક, ગલીકોડીન ટરપવસાકા, એસ્થમા કથોર, કશ્ચન સોલ્ટ, હોતોવે મલમ, કોલીનોસ, લાક્ટો પેપટીન, મેકેનઝી કોલ્ડકથોર, મીસ્ટોલ, ન્યુરોફોસ, ઓવલડીન, ઓથીડજ. પેપસ, પાલોલ, પેનકીલર, ફોસફેરીન, હોમોજન, સારગોલ, સ્કોટ ઇમલશન, સ્ટીડમેન, સ્લોન લીનીમેન્ટ, ટસાનોલ, વીનો કફ કથોર, વોટરપ્રી કમપાઉન્ડ, ગ્રાઇપ વોટર, ગ્રામજુલ, ઝેફરોલ, ટેશી પેટન્ટ-ગોનો કેપસુલ, શહેલી, એન ટોનીક, ફેલશીયમ ટેબલેટ, ડાયાબીટીસ, એપીટાન, ગ્રેસ ટેબલેટ, નામરદી તેલ, હાર્ટ ટોનીક, હેરબાઇ, હેર ટોનીક, કથમાળા, ત્રસની ગોળી, એનીમીયા, લીવર પોલ્સ, અલસ્ટો, ચંદ્રોલ્સ ગોલી, પાયોરીયા, એલેમ્બી.

૨૦૧-૨૧૦ બાઇગોલી, ડરેસીંગ ઓઇલ, એકઝીમા પાઉચર, જવાહર મોલ્ડ, દરસ, અબલા સંજીવની, આરો. મીક્ચર, એનીમીયા પોલ્સ, મધુમેહ,



કાસદો, ટ્યુમર ગોલી, ડીસેન્ટ્રી મલાની દવા, જોખલી, નાર, પાયકરસ,  
 શિરપીડા, બાલકુ, મુકુલ, રક્ત દોષાંતક, નિંદ્રાદેવી, જવાની, સુવર્ણદંડપ,  
 દરાજનો મલમ, ખરજવાં મલમ, સ્ટાર સુરમો, દંતમંજન, સોમ શંત્રુ,  
 ઝેર નિવારણ, ધસારા, નિલકંથ રસ, સુવર્ણક્ષીરી, કાનનાં ટીપાં,  
 રામબાણુ તેલ, ધરધતુ સાણુ, રાંધણીમાં દવાખાણું-સવાલોણું સરવાણું  
 મસા, રાગણી, યુવર પુલ, મદો નડે તો, ઝંખેરાતની તાસીર, છુટીના પાન,  
 કડવો હાલોપાલો, લીલાં પાન, દરબલ ટી, અલસીની ચઢા, ટ્યુમર કેનસર,  
 લાલ કીરણો, જાંબુડી રાશની.

૨૧૧-૨૨૦ લેબનો કક, ચામડીના દરદો, દમનો રોગ, દરદોનો ઉપાય,  
 હાનીકારક ઘીજો, ત્રિદોષનાશક, વાત-કફ, કફ-પિત્ત. સોજો-રક્ત વિકાર,  
 પેનસીલીન, સ્ટ્રેપ્ટોમાઇસી, હેર ઓઇલ, લેક્ટો પેપસીન, મગજની તરાવટ,  
 આસધ, સાલમ, સેનેટોજનનો ગુણ, ગંધક તેલ, પ્રયોગ રત્નાવલી-ખડી,  
 ધાતુ વિકાર, નળજાઇ, કોલેરા, ખડી, ગભાધારણ, શિતળા, વાળો, હવસ,  
 આંખના દરદો, ખડી, હસ્તાન લાવે, નારનો ધવાજ, ગોદંતીનો ગુણ,  
 ચકિતનો ખખનો, મોનિયો, આયોડીન, કંથમાત્રા લેપ, નગોણું તેલ,  
 સસ્તો સાણુ, ગેસ ટેબ્લેટ, વદાણુમાં ઉઘડી, મનાઇ, કપારે ખાશો ?  
 હરસનો મલમ, દશમુવારીસ્ટ, જાંબુલાસવ, વિદ્યાર્થી સુણું, લોહી બંધ કરે,  
 વાગજટ પ્રયોગ, હાત્રીમ, ડાયાબીટીસ, કટુની કરામત, સંધીવા ગોલી,  
 મેલેરીયા ગોલી, પરિક્ષિત પ્રયોગો-સુમંધી ધુપ, મંજીરદિ સુણું,  
 હાડકાં, જોડે, તાવ ડાયાબીટીસ, દુધનો મસાલો, વજરેશ્વરી, આરોગ્ય વરધીની,  
 કૃમીમુદગર ગોળો, ખાંસી, ટી. બી. નો પ્રયોગ, ખામ, રનાનરજ સુણું,  
 અગ્નિમુખ, હરસની દવા, હડખી ખાંસી, સંઘડણી સ્વાસ, છીક લાવે, સુવારોગ,  
 અમીરી પાક, ગ્રમર્જનો મલમ, સસ્તો સુરમો, મેમરી પીલ્સ.

૨૨૧-૨૩૦ ચક્રતકારિ લોહ, અરીજાદિ ગાળી, ધતુરાની ગોલી,  
 દમની ગોલી, સ્વાસ માટે ધુમાડો, ખરજની દવા, હાથીપખનો લેપ, ખાંચી-

જાત્રી, ધુમધડાકા પીલસ, હરઃ દસ્તાન લાવે, હરસનો મવમ, પાકનો ઇલાજ , નાફ પીગલાવે. ગુલાબી મજમ, અસાખ્ય હાથીપગ, બકલાન, ન્યુમેનીયા, આજની, કાતીલ દવા, નાવ ઉતારનાર અંગન, મોનીયાનો ઉપાય, બહેરાની દવા, ફેશ કાળાનો પ્રયોગ, બાગસ ટેનીક, ડેસીગ એલન, ધરધતુ તેલ , ભગંદર તેલ, લિંગ તેલ, માલીસ તેલ, નાકની હાલ્ટી, આદમી લી, ૧ જાં લી, ખાખરાનો અક, કસુવાવડ, હજમીયાત, મોનીયો, બહેરાસ, ચંદનનો ગુલકંદ, હરદય રોગ, પથરીનો પ્રયોગ, લકવો, નામરદીનો પાક, કયાકપ, બદામ, આદુની ખુખી, ત્રીજ તબ્બકનો ટી.બી., ગુનકંદ સરનો, મરડો, લોહીવા, ગલ્લેકોમા, છરાંપાક, કૌચાપાક, હેર-કાષ, ગાજરમાં કીચત, અંછર પાક, દસ્તાન લાવે, કકુની કીમીયાગીરી, એક જ દવા, કરમ, નારસીંહ મુશ, હરનીયા.

૨૩૧-૨૪૦ કંઠમાળ, ખરળનો ઉપાય, ઉલટી, કમગ્યાત, તાવની માત્રા, ઉંઘ લાવે, ફાલેરા, કસ્તુરીવાદિ ગોલી, શ્વાસ રોગ, પ્રદર, દસ્તાન લા, લે હીસ્ટીરીયા, કંઠમાળ, ટ્યુમર, મરડાની કાકી, સારણગાંઠ, ખાંસી, નામરદી, ચંદ્રપ્રભા, છનતાન, શ્વાસરોગ, દરેક તાવ, સંજીવની વટી, ખલ્લો, ગાંડપણ, કાયાખીટીલ, બાળરોગો, પ્રદર, રોગિની દવા, હાથીપગ, સીરીબીસ, હાલ્ડરોસીલ, જલોદારારિ રસ, આરો. વરધી., પથરીનો પ્રયોગ, લકવો, સ્વાદિષ્ટ પાનન, ખાંસી (૨), ન્યુમેનીયા, ધનુરવા, માંદીની બરમ, સ્વપ્નદોષ, પાકાં, સાલાટીકા, હડખી ખાંસી, શ્વાસ, અગરી, શ્વાસ, ખાંસી, લક્ષ્મી વિલાસ, પાકાં બગદર, એનીમીયા, પાચનની દવા, હરસકુંદાર, સંગ્રહણી, તાવ અતિસાર.

૨૪૧-૨૫૦ ટાઇફોઇડ પીસાખમાંથી રસી, કટકડી, પથરીનો પ્રયોગ, હરદય રોગ, સાખરસીંઘ, જહર મહોરા, અડીક બરમ, પ્રવાળ ગુચ્છ, છનો તાવ, સરળ ઉપચાર, તાવ પલેગની ગાંઠ, હરસ, અતિસાર, દરાખનો પાક, કમગ્યાત, ખાધરો, બરોળ, ફાલેરા, સંધીવા, હીસ્ટીરીયા, શ્વાસરોગ, ઉલટી, અગરી, ખોખરો અવાજ, બડુણી, શ્વાસરોગ, કરમ,

લોહીનો ધટાડો, કમળો, ખહીરોત્ર, મધુમેહ, બદ, અટકેલી પીસાળ, પચરી, અંડવૃષ્ઠિ, હરનીયા, જલોદર, સોળ, સુતિકા રોગ.

૨૫૧-૨૬૦ માયાના દરદો, ત્રિદોષ સિધ્ધાંત, હીકમત, દુઃકાસાર, મુચળિકા, કંબજ્યાત લક્ષણો, મંદગ્નિ, સરદી, સરદી, ચરક ભગવાન, સદેદ્યાસ, શિતલા, આમડીના રોગો, ખરજવાં, દરાજ, રતવા, કુવાડીયો, ગળાના રોગો, ખસ ખુમલી, ખીલ, માયાની ઉંદરી, મોડાના દરદો, હાંતમાં જીવડાં, મંજન, દાંડ, કાન, બહોરાસ, નાક, સરદી, માયાના દરદો, ગલોદામા જે મીનીટ, આંખના ૩૧ રોગો, પીસાળના રોગો, વાળો, દાઝયો, કોઈ, શીફર, પીસાળ લાવે, કાનમાં જતું, વીંછી ડંખ, ગરોળી, ભ્રૂક્ષામા, સર્વે એગ, પ્પાસ, ગાંડપણ, સંધીવા, યાદદસ્ત.

૨૬૧-૨૭૦ દારૂડી બીજ, ફૂંટકડી, સેરી લોખન, મકાષનો દાડો, એબીયો, હરડેપાક, મરીકંચાર, કાગીયો સરસ, હિંમળો, મોઢું પેટ, સંધીવા, નાવખારી અતિચાર, હાડકાં, વેગવજ, દમ, હીરદી, મરી, ઉંધ લાવે જ્વેલાખ, અચકી, પીસાળ લાવે, જોટલા ચટ્ટે, ફરતાન છુટે, સોનામખી, નખજાઇ, લોહી, છલસી, ભગંદર, ગરણીના ખી, ઘી ઘસો, મલમપટાનો હુન્નર-વધસવલ, કથમાળ, મુમડાં, નખઢેગ, ખીલો ભોંઠાય, કટો પીગલે, આંટણ, નાસુર, પાંડો, ભગંદર, હસ્તદોષ, ધાડુક્ષીજતા, નાખરદી, રૂકાવત, નાનીકંદ્રી, વિમંસ્ત્રાય, શકિતનો પાક, અનિદ્રા, રીજસ, વિપદોદક, આંદી, આયુરવેદનો નિચોડ.

૨૭૧-૨૮૦ દરદ પ્રમણે દવા-દુઃકા વાકયો-આસરે ૩૦૦ દ્રવ્યો વૈદક નૈવેદ્યકામ ગરીમચાહ, ખરક, પલેગ, એન્ડીયોહ, ન્યુગોનીયા, ચકકર, ભારગી કવચ, અશીની ટેવ, ખીન, ટોનસીન, ચરખી, કાળા ગધા, કેશનારાક પ્રયોગ, ચસા, આખના ખીન, ચરમા ઉતર, માત્રકાંકડી, ટણો તાન,

આખોમા યુદ્ધા ડાયાખીટીસ, વાળો, કેશ કાળા, આંધરીથી, ખીત,  
 નોહીના હરસ, નકામા જાન, વજન વધે, ઉધરલાવ, હરસ, ૧૦૦ વર્ષ,  
 વહેના ઉઠો.

૨૮૧-૨૮૦ પેટટ યુદ્ધ મલેસો, સલાહકાર મુસોવીની, સાણુ,  
 પગતો સેક, ડુકો સાર, દૂધ કેમ પીસો?, ૧૬ જરૂરી તત્વો, વાસણો,  
 કસરત, ઉંચાડે પગે, જઠર રસ, જોલાખથી નુકસાન, કેનસર ખી વીટામીન,  
 હાટફેલ્ડેર કાળો રંગ, ઉચી એરી, ભોજન સાથે વિચાર, સ્નાન, માછી,  
 એનીમા, પ્રકાશ સ્નાન, વેગ રોકના નહી ઉધ, દિશા, માગી, સેનેટોજન,  
 ખાશ, દુધ, દહી, ચાહે, સુયેપાસના, શખના ગમત્તર, વેદક-લ્પોતીષ,  
 પુર્વ દક્ષીણ, ખટકલી ખામતો, વિટેમીન સાર, એનોપેથી, હોમ્યોપથી,  
 નેચર ક્યોગ, આયુરવેદ, જોળ રીંગોડા, તાંબોતા, પપેતા, પપાઉ,  
 બાહમી, શખાવની, ભગદર, આખ્ય, હાફેણ, વધરાણ, ઓસ્ટીરીયા,  
 રામતીય, પવીત્રાઈ, સનામત્રી ક્યા છે?, મોટાડોઝ, ઉપવાસ સ્નાન,  
 અરમ પાણી, સુગંધી, ગૌમુત્ર, જાણાતી રાખ, બકરી દૂધ, ખાંડ,  
 ૧૨ ક્ષાર, માંસ, કેળા, કોરી, ખજુર, આલ્કહોન

૨૦૧-૩૧૦ જોરામ્મા દના, હરદયની ચાલી, ઉચાઈ, કસરત,  
 એન્કેરીસન, હિટનર, રચવેલ્ટ, બરનડં શો, રશિયન જાનુ, મારબીન  
 ડીટ્રીચ, હેરી લેડોર, માક, કસાગી, ઉચાઈ, ફ્લીટ, બોહી દખાણુ,  
 સોદા બાઈખર્જ, યાસ્ટમા એસપીરીન, ડો દરમન, જોરાહી અનુભવ,  
 ચણા, સાણુદાણા, ડો. એરનર, મદાગ્નિ, ઘી ક્યા મલે?, આખના  
 રંગો, ચદન, ગધક, એન્ડેલ, મિલક, હાથ, તાકાત, બોહી વધારે,  
 ક્યારે પચે?, અખરોડ, ઇનેશીના, પીસાખમા રસી, પાછનેપદ, અરોળીયો,  
 અલસી અપામર્ગ, બહેડાંની ખાલ, પાયોરીયા

૩૧૧-૩૨૦ રંગેની અસર, રંગ-રાગનું જોડણ, સુગંધીમાં રંગો, અતરો, ધુમાડો, અગર, ધડપણ, લોખાનનો ઢરીક, ફનેલથાસ્તનો સાર, બેકારી, આમલી, હોમ્યો-એલોપથી, આરોગ્યનું અમૃત, ખોરાકનો નકશો.

૩૧૧-૩૦ લાટીન શબ્દકોષ, ફરીની ગાટલી, ટુંકી-માહીતી-નિષ્કામ કર્મ, મુસળીના અનુપાન, અમર હવાત, લોહીની તંગી, કાથમીર, કારેલાં, ધનસુલીન, માંદગીમાં શું ખાશે?, ૨૪ પ્રવાહી સાર, ગોરાં બાળકો, અધાપો, હીરા-વેકાંત, ગોળી જેવાં છીપલાં, ઔષધી સંમહ, ૩૦૦ દ્રવ્યોની ઓળખ.

૩૩૧-૩૩૪ તેલની તાસીર-તવનું તેન, માવકાંઈણીનું તેલ, લવંગનું તેલ, ધુકેથીપતસનું તેલ, બાંગરા, હીરાકસી તેલ, લાક્ષાદિ તેન, વજનાગ તેલ, લીખોલી તેલ, કરંજ તેલ, રિમેલાદિ તેલ, કામ સંજવની તેલ, ફેરીક તેલ, એકઝીમોવ તેલ, ગંધકનું તેલ, હામેલાનું તેલ, ફેસીંગ ઓઇન, રપેનીલ તેલ, બાગરાનું તેન, એમમેલિકાન, મિલ્વાદિ તેલ, એરંધનું તેલ, મદનારાગણ તેલ, ચંદનાદિ તેલ, અપામાર્ગ તેલ, કનક તેલ, આમળા તેલ, ચાલમોમરા તેલ, અખરૈડ તેલ, બદામનું તેલ, સરસુનું તેલ, ચીખ્ખા ધીના ૨૭ પ્રયોગો,

★ ★ ★ ★ ★

શકિતવધક પ્રયોગો : વિઠરીકદ, વારાદિકદ, ગોખર, ચિત્રક, નાગમલા સતાવળી, સાયોડી, લાગિરાનો રસ, રસાયન સુર્ય, આસધ-કૌચા, વાવડીંગ-જેઠીમધ, ધી-દુધ-સાકર, કાંઈથી એક મેળવણી દુધ સાથે લો.

ગાજર : એના ખી ગર્ભપાતક, મરદાનગી આપનારા, દસ્તાન લાવનારા છે. બાઈલાં ગાજરની પેટીસથી ખરજવાં, પાઠા, નાસુર, બગદર અને કેનસરની ખીણ દુર થયાં છે. નક્ક વોમિકાની તામીર છે કાખી સેલેરી સાવીત તામેલાં ચાક દરેક વિટેમીન છે. કરમ કમળો, કમળેરી, કે-સેર, કેહલાટ દુર કરે. અલસર, અતિસાર, એનીમીયા, છતે. ખડી, ખરજવાં, ખાંસી, ખખડનો નાશ કરે. હાથે, હાટ્ટીંગીઝ, હોજરીના રોગો

દે કરે. ગાઉટ સંધીવા, પથરી, ગુરદાના વ્યાધીમાં કામચાપી આપે. લપનના ટીપાં સાથે તાજે રસ, અથવા એનો ઉકાળો સૂકે સાથે પીજો.

**શીલાજીત :** ખટાચ, ઘુસાચ વગરનો કાળો નરમ મુંવાળો વગ્નદાર માલ ઉત્તમ । પ્રમાણ ૮ રતી । જખમ, હરસ, ભગંદર, ભાંગેલાં હાડકાં ઉપર લગાડો. એનેએકાધક એસીક હોવાથી ઉકાળાઓ જગડતા અટકાવે છે. યુષ્કરણ-સીલીક ૧૧, ફેસફેરીક ૧/૬ ટકા, નાઇટ્રોજન ૧, ફેલ્ડશીયમ ૮, પોટાશ ૬, ખનીજ ક્ષારો ૩૪, ઓગસવર્ધક તત્વો ૫૬, પાણી ૧૦ ટકા છે. (ડો. ખોઝ અને ડો. ચોપરા) સર્વે રોમનાશક છે એવો મત ચરક વાગ્બટ રસતરંગીની ડો. વામન ગણેશ દેશાઈનો છે. ખેરના ઉકાળામાં કોક, કંઠિયાતુંના ઉકાળામાં ટાઇરોઇડ, કળીના ઉકાળામાં પથરી, હાથ રસ સાથે ખદ્મુત્ર, અરલુનના ઉકાળામાં હરદય રોગો, ઉંજરાના ફળ સાથે કાપાળીટીસ, ગૌમુત્ર સાથે જલંદર, દુધ સાથે પ્રદર, ઉકળતાં પાણીમાં મધ સાથે જામપણું, જેઠીમધના ઉકાળા સાથે લોહો વિકાર અને સફેદ ખાલ સાંઠેડીના ઉકાળા સાથે સોજા, કાચનારના ઉકાળા સાથે કંઠમાળ, મોનાના ગરખ સાથે ખહી, કડુ સાથે કસેંજરોગ કમજો શીકશ, સપંગંધા સાથે માંડપણુ, આદમી રસ સાથે બુલાવો, ગરમ ફેસતર ઓષ્ઠ સાથે લકવો સાધાટીકા રમેટીઝમ, અને મધ સાથે સર્વે રોગો દૂર થય એવો શાસ્ત્રીય પુરાવો છે.

**રંગોમાં આરોગ્ય :** આજે રંગીન ખાટલી મગતી નથી. જોખના રંગનું જલેટીત પેપર ૬૦ પાવરના બદલ ઉપર અથવા દરદવાસા ભાગપર લયેડી રોશની આપો અથવા રંગીન ચળકતું કાગલ, અધુરી ભરેલાં પાણીની સફેદ કચની ખાટલી ઉપર નિંદાળી તે પાણી લાકડાના પાટીયા પર ખપોરે ૧૧ થી ૪ તકે મુકી ચાર કલાકે એક આલિસ તે પ્રતલી પીવાડો. ખુરંગથી હાલકરોડોગીયા અને મરડો, લાલ રંગથી લકવો-સંધીના, નારંગી રંગથી કંઠમાળ, પીયા રંગથી કમજીયાન, સફેદ રંગના પાણીથી કમજોરી, બધુ રંગથી લોટીતું દમાણુ અને માંડપણુ, જાંબલી રંગથી મોનીયો અને રીકટ દૂર થયાં છે. લલ મરચાં, પપાઉ, ફેરટર ઓષ્ઠન, લીમડા પાન, નાળીયેર પચ્છી, સાલીત, અને જાંબુવામાં રંગેની વૈદ્ય આસર છે.

## યુનાની ઔષધ પરિચયઃ

ઈસપન્દ—રાઈના જેવા કળા દાના. કુપાણીટીસમાં ખાસ ઉપયોગી. ગરમી લાવે, કફ કાઢે, ચક્રિત આપે, વાયુને સંયમી. ગતી આપે, દરમ મારે, પીસાખ ઉતારે, દુધ તથા દસ્તાન વધારે, શ્વાસ સુધારે, ખાંસી છતે. લકવો છુલાવો શીટસ હીરટીરીયા ગાંઠપણ જેવા રાગતંત્રના રોગો દૂર કરે, હરમલ કહે છે.

ઉશારે રેવન્દ—ઉઘટી લાવે, કરમ મારે, જલંદર-કબજિયાતમાં ગુણ્ય બતાવે, વધુ લેવાથી મરડો થાય, ગર્ભાણીને ગુદશાન કરે, શ્વાસ-ખાંસીમાં હાથકો કરે, ઉઘટી-આડા માર્ગે કંઈને હાકે. રેવન્દી શીરા.

તગર—અગરને મસ્તી સુધધીદાર લાકડી...ગરમ તાંસીર. કબજિયાત સોળે દૂર કરે, મગજને બળ આપે, પીસાખ લાવે. લકવો શીટસ છુલાવો દૂર કરે. શીકાશ બરળ જલંદર તથા નસોની કમજોરીનો નાશ કરે.

ઝુનઝ—આહુણુખારખી કહે છે. ચાચનીદાર ખાટાં-મીઠાં પિત્તશામક ઝાડો નરમ કરે. તાવ ઉઘટી પિત્તના દરદો દૂર કરે, હરદયની ગરમી ચૂસી લે.

આહુખાહુ—ઝૂનજ, ગોલ બ્લેકરની પથરી હાકનાર, ખાંસી તથા સુકાં ગળામાં ગુણ્યકારિ, વરીયાલી સાથે ખાવાથી દસ્તાન લાવે...સરખતમાં વપરાય.

આશા—પહાડી કુદનાની જાત છે. બારીક પાતલી શાખાઓ છે. બીજ રાઈ જેવા, કુલ ગોળાકાર અને નાનાં, શાખાપર બે .છતાં પાન લાગેલાં છે. પરસેવો વધારે, પીસાખ ઉતારે, દસ્તાન લાવે, વધુ લેવાથી કસુવાવડ કરે, કફ તોડે, વાયુ વિખેરે, ઝાડો લાવે, કરમ મારે.

આસ—એના બીજમાં લોહી ચોલાવવાનો, પરસેવો રોકવાનો. હરદયને બળ આપવાનો, અતિસાર અટકાવવાનો ગુણ્ય છે. સરખત અને તીબ્બે અણસમાં વપરાય છે. ગરમીનો સોળે તથા શિરશ્ચગ શાંત કરવા લાગ્રાય છે. વેદના ૧૨મક અને બાલ મારે હીતકરી છે.

**આમલીના બીજ**—વિષ રોક્ષનાર, સ્વપનદોષ અટકાવનાર, પ્રદર પ્રમેહ પીસામના દરદોમાં તથા અતિસારમાં મુશુબ્દ છે.

**કુંસળગોલ**—ગરબી તોડનાર, સોળનાશક, પાસ તથા તાવને દુર કરનાર, કબજાતની અત્યંત રામચાલુ છુટી, સોડી ખાવાથી અતિસાર સંમદથી મરડાનો નાશ કરે, તથા કેનસરના ગરમ સોળપર લગાડાય છે.

**હિકવાન**—દસ્તાન લાવવા એનો ક્વાથ પીવાય, પેટ તથા પીસામમાં જમા થયેલા બોલીના ગૂઢાને પીમલાવે, સોળે દૂર કરે, શ્વાસ-કાસમાં એનું ચાટણુ વપરાય.

**ઉનાખ**—લાવ રંગના બોર જેવાં ખીડાં ફળ છે, ધરાની ઉનાખ મુશુમાં ઉત્તમ દંડક આપે. લોહી સાફ કરે. તાવ થીતલા પિતરોગની ચાંતી કરે. ખાંસી તથા લોહીવિકારમાં એનું સરળત અપાય છે.

**ઉશક**—પીતો તીખો ગુંદ છે. ત્રિરેચક, કરમનાશક, કફ કાઢનાર, મોઢાની દરગંધી દુર કરે, સખત સોળે, ડીપથેરીવા, કંચમાળ, ખરળ, જલંદરમાં ગરમ તેવમાં લગાડાય છે.

**ઉશનાન**—સોડ પલાન્ડસ અંગ્રેજી નામ છે. ઝાડે પીસામ બોલી નાંખે. જલંદરમાં ઉપયોગી...એનો સાર, બહુ રોગોમાં વપરાય છે. દસ્તાન ચાલુ કરે અને ગર્ભપાતનાં કામમાં પણ લેવાય છે.

**બાવલનો ગુદર**—અતિસાર રક્તઆવ. જીભના છાગરા, ટોનસીલ, પીસામના દરદોમાં બારલાવેદર સાથે આપો. ખરજવા પર લગાડો.

**અડીક ભરમ**—પિત્તનો તાવ, રીક્ટ, ચુનાની તંગી, પિત્તનો હૃદયરોગ, રક્તપિત, રક્તઆવ, ધાતુવિકાર, સ્વપનદોષ દુર કરે.

**અખરોટ**—સંધીવા ખરજવા કંચમાળા કરમ નામરદી મથળની કમ્બેરી દૂર કરે. એમાં કુદરતી સોમથ તદ્દો છે. આરસેનીકનું કામ આપે.



**પુરાસાની અજમો**—ઢાઢળી પીડા, અનિદ્રા, શ્વાસ, કફ દૂર કરે. અસ્પીરીનને અદલે હરમલ કે પુરાસો વાપરો.

**અંછર**—અધાનીસ્થાનનો માવ શ્રેષ્ઠ...મધુર સ્વાદિષ્ટ. મૂત્રય; પરસેવો લાવનાર, કફ કાઢનાર, ખરળમાં અકસીર, શીતલા બહાર કાઢે, સલેખમમાં કામચાખ કાચાદોષો પકાવીને હાંકનાર તથા કમજીઆતનો કીદનો તોડનાર, પાતલાં કાપી, રાતે ભીંજવી, સવારે એનો નીચોવેલો રસ પીવો, અને કુચો ફરીથી ભીંજવો એમ ચાર દીવસ દરમિયાન જરદાલુ પુર્ણ ખજુર કે અંછર વાપરો. બાફેલા અંછરની પોલ્ટીસ (બાફેલાં ગાજર પણ ચાલે) ગુમડાં પાહાં તથા અને કેનસરની કંઠાવનારી પીડા સાંત કરે. બદામ સાથે અંછર ખાવાથી લોહી વળન વધે. ખરળમાં સરકા-અંછર સાથે ખાવાં.

**ગુદકરના ફળ (ઉંખરો)**—તસીરમાં ગરમ અને તિક્ષણ...તલ મસા ટોનસીસ કંચમળ ઉપર ઉખરાતું દુધ લમડાય છે. એની જડનો લેપ સફેદ કાઢ ઉપર વપરાય છે, રક્ત શોષક, તીવ્ર વિરેચક અને જલન કરનાર.

**અનેનાસ**—હરદ્યને બળ આપે, પિત્તશમક, આનંદદાયક, પીસાખ લાવે, દસ્તાન લાવે, પથરી પીગલાવે, કરમતું પાણી કરે, પાચનક્રિયા સુધારવામાં એકેકો...અજમો પપાઉ કરીયાતુ કરતાં શ્રેષ્ઠ. ટયુમર, અને અતિથુ પીગલાવે, મોતીયામાં કાયદો આપે

**અનીસુ**—વરીયાળીને મલતા શુભ છે. વાયુ નીચે ઉતારે, પીસાખ લાવે, દસ્તાન લાવે, માતાની છાતીમાં દુધ વધારે, રચીકારક, પાચનને મદદ કરનાર, (વરીયાલી-ખાંડ-એલચીની છુટ્ટી ખાવાથી જેસ ઉતરે, લોહીનું દમાણુ ઉતરે, માયાના દરદો ઉતરે, મસાનું લોહી બંધ થાય, કફ છુટો કરે, મોદાની ફુગાંધી દૂર કરે, ટોનસીસ મટે.)

**આકાશવેલ**—કરમનાયક, મોજા જીનનાર, લુના વિકારો હાંકનાર, કફ વિરેચક, વાયુ નીચે લાવનાર, મસ્તકરોગોમાં લાભપ્રદ; ઉપમા

ધારતી ગાંડપણ તથા હીસ્તીયા દૂર કરનાર. જીનો તાવ કમળો કલેજા તલ્લીની કમળેરીને તાલે કરનાર. નાફ-વાળા ઉપર એના પાન પીસી લેવાકાય છે.

**મરવે સખજો**—કરમનાસક, તાવનાસક, કલેજા સુધારે, દરતાન લાવે, સોજા તથા પીસાજા ઉતારે, તાસીરમાં ગરમ, કાનની અકસીર દવા.

**અમાઝા બીજ (ચોકા)**—સેકલાં બીજનો શુકા વાપરો, શીકશ, હરદયનો પિતજન્ય ધમકારો, કેનસર, આંતરગામાં અલસર, કલેજાના દરદો સોજા, અતિસારમાં શુણુ આપે.

**અંબર**—વાતરોજ (નરવસ ડીસીઝ,) કંપવા, ધુળરી, કફ, લકવો, તાણુ, ઉપધુ, હીસ્તીરીયા છંદ્રીની કમળેરી, નામરદી, અને મસ્તકના દરદોમાં ખાસ શુણુકારી. તાસીરમાં ગરમ.

**આંબાહાલદર**—વેદનાશામક, સોજાનાશક, રક્તરોધક તાવ ખાસી અને આમડીના દરદો છતનાર...એબીસીનીયાથી આવતી મુગંધી સોનેરી લાકડી...અમાઝા જેવી જ એની તાસીર છે.

**અમલતાસની ઉપરની છાલ**—એનો જીકળો દરતાન લાવનાર, છોડ તથા ગલ તોળનાર ઔષધીમાં વપરાય છે.

**ઉશખા મગરબી**—ચોપચીની જાતની વેલદાર છુટ્ટી. સ્વાદ તીખો અને તિક્ષણ, વાંદી લોહીવિશર, આમડીના દરદો, લકવો, જલંદર વાયુરોગમાં શુણુકારી છે.

**ઉસરખ**—એને નામગરમ, સીસાની જરમ, લેડ ઝોક્ષાહક પણ કહે છે. વિષનો પાંડાપણ, સ્વપનદોષ, કાપાળીડીસ, મટાડે...શુમડાં હરસ સોજા કંચમળા પર લગાડી શકાય. કલ્પ સફેદો તથા સિંદૂર સાથે ઉસરખ વાપરવાનો રિવાજ છે.

ઉસ્તેખદુસ—કૌવત આપનારી અપૂર્વ શુદ્ધિ. લકવો શુભાવો ગાઉટ કંદેરોગો વાયુ તથા યાનતંત્રના દરદો દૂર કરે. કેટલાક હકીમો ખહીમાં વાપરે છે.

ઉદકમારી—એકવીંસારીયા લેટીન અને અગર ગુજરાતી નામો છે. ધુમાડોમાં તથા યુનાનીઓ ઉલ્કરકી કહે છે. યાનતંત્રના રોગોમાં અકસીર છે.

કાકડીના ણીજ—યુનાની હકીમો તુખમે ખયારન કહે છે. એમાં અનેનાસ તથા મકાઈની મૂંછ માફક કુદરતી જવખાર છે. પીસાળ લાવે, લોહીનો ઉકળાટ શાંત કરે. ખાસ સૂતોથે પીસાળ તથા કલેજની દાહ ઓછી કરે.

કતીરો શુદ્ધર—ગરમી શાંત કરે. લોહી થોભાવે. વજન વધારે. અવાજ સુધારે, અલસર, દાહ, દેહલાના જુખમો રૂઝવે. મહીલા ટોનીક.

દોધીનો મગજ—તુખમે કદ્દુ સુનાની નામ છે પિત દૂર કરે, કરમ મારે, નબળાઈ હાંકે, ખહી છતે, મગજને મજબુતી આપે, ખાંસીને ખતમ કરે, પિત રક્તપિત અને તાવનો નાશ કરે...સુકી શુકી સુંધવાથી મસ્તકરોગો દૂર કરે, માથે દોધીના પાન ખાંધવાથી ઉંધ આવે. દોધીતું તેલ મગજને શાંત કરે, તરાવટ આપી યાદદાસ્ત વધારે.

કમ્બુએ ણીજ—કલેજના દરદો, જલ્દર, ગલાંનો ખખખાટ, કંફ, શ્વાસ તથા નબળાઈનો નાશ કરે. એના તેવમાં ખાલ કાઢવાની નાસીર છે.

કરંજુ—મરાઠી નામ સાગરગોટા, સંસ્કૃત નામ કુબેરાક્ષ, લેટીન નામ બેનકુસેલા, કરમનાશક, વાયુ નીચે ઉતારનાર, ગેસની અકસીર દવા, કવિનાઇન કરતાં વધુ ગુણકારિ. તાવનાશક; વધરાવલ, તથા જલ્દરમાં બહારથી લગાડાય છે. હરનીયામાં કારણ છે.

કસૂબ ણીજ—ગોડો લાવે, કલેજને કૌવત આપે, તાવનાશક, મૂત્રલ, લોહી વધારે.

**કાકનજ**—ઉંધ લાવે, પિત હાકે, લીવર સુધારે, કરમ ઉતારે, બન્ને પ્રકારની પથરીમાં તથા પીસાળમાં જતી રસીમાં, કમલાના પીલાસમાં અચૂક યુક્તકારિ છે.

**કાગળ**—સળગાવી ધુમાડો લેવાથી સલેખમ મટે...કાગળની રાખ સુંઘવાથી નરોરી બંધ થાય...મંજન માફક એ ધસવાથી મસોદામાંથી લોહી પડતું બંધ કરે. જખમ, યુમડાં, ન્યુમોનીયાની દવામાં વપરાય છે.

**કાળાદાના**—જમાલગોટા જેવો તોફાની જોલાળ છે. કરમનાશક જલંદર નાશક સંધિરા નાશક, ખાંડ સાથે ખાવાથી ખસ ખજવાલનો નાશ કરે.

**કાસની**—પીસાળ લાવે, રક્તશોષક, ગરમી શાંત કરનાર, ખરળ તથા કલેજનો સોજો દૂર કરનાર, રતાશ વધારે, જલંદર જીવે, સોજાપર એના પાન બાપી બાધો...કાસની જક-કકનો તાવ, કલેજનો ખગાડ જીવું-જવર, ગર્ભાશયને સોજા, તથા અટકેલો દસ્તાન વખતે એનો પ્રયોગ થાય.

**કાઠું**—નિદ્રામ્રક, મૂત્રજ, હીપક, પાંચક, ધાવન વધારનારી, લોહી રંધનારી; ગરમી પિત શીકામ કંમળો તાવ તથા પીસાળની રસી દૂર કરે. કાઠુના પાનની જાણ પકાવી ખોરાકમાં લેવાય છે. સ્વપનદોષ હવસ એલાનીમાં એના બીજ અપાય છે. માથે એના બીજ વાટી લેપ કરવાથી બાલ ખરતા અટકે, શિરપિડા દૂર થાય. પિતનાશક ખાસનાશક વિથ-શોષક છે.

**કીસમીસ**—વિપ્રમદ, મધુર, સ્વાદિષ્ટ છે. મન ખુશ કરે, કીવતે આપે, દૂધ જેવાં જ પોષક તત્ત્વો બહો, ખાડો લાવે, લોહીની બરતી કરે, મગજને મજબૂતી આપે, લીવર સુધારે, હરદય માટે અફલાતુન ટોનીક... અરજીનારિસ્ટમાં મહૂડાં અરજીન સાથે દરાખ પણ છે. એ બનાવટ શાસરોગ, ખહીરોગ તથા હરદયરોગમાં સમજાણુ છે. રસાદમાં આખાદ પોટ વાપરે.

ઠીકર ગુંદર—ખાવલના ગુંદરનું બીજું નામ ! ઓપ-શીશ તથા  
 મલોવની શીશીમાં વેચાય. ચોટાણવાના કામમાં લેવાય. ફક્ત ચુસવાથી અવાજ  
 સુંધરે, ટોનસીલ બેસે, મોઢાનાં ચાંદાં રૂઝે, અતિસાર, રોકે, ખઢીમાં ગુણુ  
 કરે, લોહીનોં પ્રવાહ થોભાવે, સફેદ પાણી બધ કરે, પીસાબની રસી  
 મુકવે, કૌવન આપે, કમરને તાકાત પહોંચાડે, ગાળા બનાવવામાં વપરાય.  
 કુંલકાના બીજ—ચુનાની નામ તુમખે-ખુરશાં સેકલાં બીજ મધુમેહમાં  
 વપરાય. કલેબની બીમારી દુર કરે. લોહી સીંધ કરે.

કુંલજન—ગરમ તાસીર...વાયુ તથા કફરોગમાં અકસીર...દુરગંધી  
 દુર કરી મોહું પમરાવે...મન આનંદી બનાવે...કલેબ તથા હરદયને જોર  
 આપે.

ખરખુચા બીજ—મૂત્રજ, દસ્તાબ લાવે, પયરી પીગલાવે, કલેબને  
 કીવાશીબ બનાવે, પીસાબના દરદોમાં કામચાબ; તાવ સોજો, દાહ તથા  
 ગુરદાના રોગોમાં શુભકારી.

અલસીયાં—હવસ જગાડનાર, સોજનાશક, કમજોરી દુર કરનાર  
 તીક્ષ્ણમાં વપરાય, માર લાગેલી જગાએ ગરમ એરંદયામાં કે માલકાંકણી  
 તેલમાં ઘુંટી લગાડો. નસો ઉપર એનું તેલ લગાડવાથી ઉતેજક અસર  
 આપી ઉપસાવી જાડી કરે.

ખસખસ પોષ—કોગળા કરવાથી પાથેરીયા મટે, બુકી લગાડવાથી  
 લોહી બધ કરે, અશીષ જેવી ફેશી, સર્વે વેદના શામક તાસીર, નિદ્રાપદ;  
 શ્વાસ ખાંસી સરદી અનિસાર, સંબ્રહણી ધનુરવા પ્રદર દુર કરે. પીમેત્તી  
 બદામ સાથે એનો ઉકાળો પીવાથી સત્વેખમનો નાશ કરે. પ્રમાણુ ઓછું લેજો.

ખાકસી—કોલેરા તાવ ટાઇફોઇડ શીતલા શ્વાસ વ્યાસ ઉલટીમાં રામચાણ.

ખુરમા—કમરપિચ, શ્વાસ, ખાંસી, કમજોરી સરદીમાં વપરાય.  
 ગરમ તાસીર.

**ગાઉછાપાન**—ખલ્લમાં ચિકાસ લાવે, આનંદ ઉપજાવે, કફ છૂટો કરે. સેકેની અતિસાર રોકે, ધપકરો શાત કરે. મગજ તથા હૃદય રોગમાં અત્યંત હીતકારી છે.

**ગાજરના ઘી**—હવસ જગાડે નાડીનત્રને ઘળવાન બનાવે, ઉશ્કેરાટ કરે, મૂત્રજન, દસ્તાન લાવે, ગર્ભપાત કરે, પથરી તોડે, વાયુ હાંકે, મહાન ટોનિક.

**ગાંડુ**—જેનશીખન વર્ગની ભુટ્ટી. ત્રિદોષનાશક, કફ પિત વાયુના દોષો પાતના કરે, મૂત્રજન, દસ્તાન લાવે, રક્તરોધક, પરસ્પેવો લાવે, ધીમે તાવ ઉતારે, જલોદર જીને, સોજો દુર કરે, કલેમને સુધારે,

**ગારડીયુન**—લેડીન નાસ્ત્ર એંગ્રીકસ આનખસ. ગાઉટ સાધકજન સામાટીકા લેપ્રસી જુનાવો આસ કાસ જલોદર કમજો કરેનો તાવ દુર કરે. નામક મૂત્રજન દસ્તાન લાવનાર...હોમ્યો દવામાં વપરાય છે.

**ગુલતાની માટી**—મીઠલ સાથે પીણી માટી લગાડે તો નવાં શુભકાં ખેશે અને જુના ફેલાના તકબીફ વીના પુરે. માથુ ધીવામાં વપરાય. હેર-શેમપુથી સરસ શુભ આપે..લોહીનો પ્રવાહ થોભાવે એનું નીતરું પાણી પીવાથી નાક પીસામ કે હરકાઈ માર્ગે વહેતું લોહી બંધ કરે. કપાલે લેપ કરવાથી મરતક પિંડા તથા લોહીનો પ્રેસર શાત થાય...અલાઈ તથા ખીલ નાગૂદ કરે. ૭૩૨ ખાંડ ગુલતાની માટી ખાવાથી હસુરાવડો લય દુર થાય. લોહીવા માટે એજ પ્રયોગ કરો મંજન તરીકે વપરાય. અંગ્રેજીમાં એને પુલર અર્થ કહે છે. હરકે કે દામ જાયતો જુકા દાતે લગાડી સુવાથી લીના દાતે મજબુત થાય.

**ચીલગોઝા**—વિચિત્ર, શરીરપોષક, ગરમ તાસીર, હવસ ઉશ્કેરનાર; તકવો સધીવા કમરપિડામાં ઉપયોગી.

**ચારોલી**—ઠંડી તાસીર, પૌષ્ટિક, ચામડીને સુદૃઢતા આપનાર.

જઠનાર—મન-પ્રસાદક, દોષપાયક, મૂત્રજ, પથરી ભેદક, પિત્ત શામક તાવનાશક, કાલેરા તથા પલેગમાં શુશુકારી, ક્ષરોચ તથા મસ્તક વ્યાધીમાં કામપાખ, લકવો જીલાવો સલેખમ દૂર કરી શાન્તતંત્રને બળ આપનાર.

જામ્બુરદ—પથરી ભેદક, જલોદરનાશક, હરિદ્ય તથા મગજની કમજોરી કાપી દેનાર.

જરખંદ—કે હાંકનાર કરમનાશક, પિત્તશામક, મલ'પાતક.

જહરમહોરા—હરિદ્યને બળવાન કરે, રોગ સામે રક્ષણ આપે, રીંકટ કાલેરા પલેગ અને બાળરોગમાં એનો ઉપયોગ વધુ થાય.

જીનબેડરેતર—કરતુરી માફક ગરમી આપનાર પિત્તશામક, વાયુ ઉતારનાર, ગાઉટ નામરદી તથા લકવો દૂર કરે. ઇન્દ્રીને જોર આપે.

જીરુ—સલેખમ તથા ખાસીમાં શુશુકારી, સોજમાં લેપ તરીકે વપરાય.

તરબુચના બીજ—ક્ષી'ગરુ' પાણી ઠંડું મૂત્રજ, પિત્તનાશક, અને ચિત્તને શાંત કરનાર... બીજ શીતલ મીઠાં મૂત્રજ, ચોષક, પિત્તનાશક, તાવનાશક, ઉંઘ લાવનાર, પ્રમેહનાશક.

ટરપેનટીન તેલ—જંતુનાશક, ઉતેજક, વાયુનાશક મૂત્રજ કફનાશક હાળી ખાસી ન્યુમોન્યામાં બે ટીપાં ખાંડ સાથે અપાય; કપૂર સાથે ટરપેનટીન (અલસી તેલ, રબ કરવાથી, સંધીવા ન્યુમોનીયા કમરપિત્ત શાંત થાય. ઉકળતાં પાણીમાં ટીપાં નાંખી બાફ લેવાથી અને કરોડપર ધસવાથી ખઠી તથા હાળી ખાસી મટે.

તુખમ મવીજ મૂત્રક્ષાના બીજનું યુનાની નામ છે. આંતરડાં સંકેતી ચિવટ બનાવનાર, અતિસાર અટકાવનાર છે.

દારચીના—લેટીન નામ હાઇડ્રારજરી પરસ્કોચક છે. શુમકા-આંદીના મલમમાં વપરાય.

નારમુશક—નામકેસરનું બીજું નામ છે. મગજ કલેખ હરદયને બળ આપે. હરસ તથા ક્રોધથી જગાનું લોહી બંધ કરે.

પપીતા—કુચિલા વર્ગના બીજ છે. સર્વે વિષનાશક, અતિસારનાશક, કાલેરામાં કામચાખ, ગરમી લાવનાર, શ્વાસ જલોદર હરસ સંધીચળ લેકવામાં ઉપયોગ થાય, એના બીજ પીસી તલના તેલમાં લગાડે તો લકવો મટે. લેટીન નામધગનેશીયા અમારા છે. હોમ્બોપાથ હીસ્ટીરિયામાં વાપરે...વાયુ પિણ દુર થશે. ગળામાં બાધવાથી એપી રાગમાં રક્ષણ મળે.

પ્યાજના બીજ—એલીયમ સીપા લેટીન નામ છે. હવસ ઉતેજક છે. સ્લેખમ તોલવામાં એનો છુટ્ટો સુંધો...જલોદરમાં ધ્રુવ ગુણકારિંમનાય છે.

પરેતા—મગજ તથા હરદયને બળ આપે. રનાયુપોષક કંદનાશક છુદ્ધિવર્ધક ઉલટી અટકાવનાર અતિસાર રોકનાર, એનો ઠંડો ઉકાળો ઉલટી અતિસારમાં અપાય છે.

ફરેજ મુશક—બીજું નામ રામતુલસી। મન ખુશ કરે, હરદયને કોવત આપે, કલેખને વેગ આપે, દુરગંધનાશક, આંતરમાં મજબુત કરે, માથાની પિણ દુર કરે, છુટ્ટો બનાવી સુંધાડો.

કાળસા—એની જાલ ઉકાળી પીવાથી મધુમેહ-મટે. પીસાબમાં વહેતું લોહી બંધ કરે, ઉવટી રોકે, કલેખને તેજ આપે, મુળ તથા જાલ પીસાબની રસી બંધ કરે, હરદયમાં ધ્રુવ હીતકારી.

બકાચન—લીમડાની બીજ જાત છે, હરસનાશક, પિણસામક, રક્તશોષક, ગુમડાં મીટાવનાર, કરમનાશક છે. સીકાના જાલ કે કવિનાઇન કરતાં વધુ જલ્દલ, તાવ દુર કરવાનો ગુણ એની અંતરજાળમાં છે. આમડીના દરદોમાં મહા ઉસ્તાદ છે. કાસની બીજ સાથે એની અંતરજાળનો ઉકાળો તાવમાં તથા શ્વાસરોગનાં વપરાય છે.



૧. બનકસા—લેટીન નામ વાયોલા ઓડોરાટા-છે. કેનસરમાં પીવા લગાડવા યુરોપમાં વપરાય છે. નિંદ્રાપ્રદ, પિત્તશામક, શિતળ, કમ્બુવાતક અટકાવનાર, લોહી સુધારક, ખાસનાશક, તાવ નાશક છે.

હિજરલ યહુદ—મુત્રાશય તથા વૃક્ક (કીડની) પથરીમાં એની ભરમ વપરાય છે. મુત્રલ ગુણુ પણ છે. ફેલ્સીવ એન કીનાઈડી લેટીન નામ છે.

સંગ સરમાહી—સફેદ રંગનો ત્રયુષુણી ચપતો પત્થર છે. પથરી ફોડક ગુણુ છે. મુત્રાશય તથા ગુરદામાં જામેલી પથરી તોડી નાંખે છે.

સંગ યશભ—અંગ્રેજી નામ જ્વેક છે. કેલશીયમ છે. અતિસાર લોહીવા દસ્તનનો ધોધ અટકાવી હૃદયને જોર આપે છે.

સુરંજન—કોલચીકમ અંગ્રેજી નામ છે. પરદેશમાં પણ વપરાય છે. કફ વિરેચક, પિત્તશામક, સોજા દુર કરનાર, હવસને ઉશકેરનાર; સંધીવા ગાંઠિ વાતરકત (સેપ્રસી) સાચાટીકામાં અકર્શીર છે.

સિંદુર—લાવરંગનો ભારી ખનીજ છે. ગુમડાં રક્તની નાંખે કાઢવાટ દુર કરે. કપાઈ-સીસાની મેલવણી છે. મલમમાં વપરાય છે.

૧. સખુસ ગજધમ—ધર્તીની ફેતરાની જુખી છે કફ તોડે, સોજા દુર કરે, છાનીના કેનસરમાં કંઠ પાણીમાં બીંજવી લગાડાય છે. ગયાબીટીસ વાલાને એની રોટલી અપાય છે. બી વીટામીન ભરપુર છે. ખુબ ગુણુદાયી.

શીશમ—રક્તરોપનાશક, ચામડીના દરદો દૂર કરનાર, ફેડા કુનસી અલાઈ કાઢમાં કાપદો કરે.

શાહુતરા—રક્તશોષક, મુત્રલ, તાવનાશક છે...અર્ચુન્વરનુ આ સિદ્ધ ઔષધ છે. ક્યુમારીના એશીસીવાળીસ લેટીન નામ છે...ચાહનગ—અતિસાર તથા રક્તપ્રદરમાં રામગાળુ છે.

સલગામ બીજ—ઉત્તેજક, મુત્રજ, ચામડીરોગ નાશક, સૌન્દર્યદાતા

છે. કુમળા સલગામમાં ઈનસુલીન છે. ડાયાબીટીસમાં ક્ષયદો કરે. સલગમનો રસ મધ સાથે હડખી ખાતીમાં પીવા અપાય છે.

**સોખાન—**દવામાં કોડીલું સોખાન ઉત્તમ.. જાવા સુમાત્રા સીગોપોરથી આવે. સોજા લકવો સાપાટીકા ઉપર એનો લેપ થાય છે. ન્યુમેનીયા શ્વાસ ખાંસી ખહીરોળમાં ધુમાડા રૂપે વપરાય છે. એલોપાથ તબીબો ટીકચર એનથોપન જે વાપરે છે તે સોખાનનો જ ચરક છે.

**રોગન જૈતુન—**એલીવઓઇલનું યુનાની નામ છે. એના માલીસથી શરીરને કૌવત મળે છે. કચ્છ્યાત તોડે. કલેજાની પથરી બહાર લાંકે. પેટના દરદોમાં ક્ષયદો આપે. સોજાનાશક તથા પિંડનાશક છે. માથાની ઉઠ્ઠરી તથા ખરાબ જખમો રૂએ...તથાનું તેલ તેટલો જ ગુણુ આપે.

**રેહાં બીજ—**મરડો સુષી ખાંસો, વિચ્છાદક દુર કરે. ગોળ સાથે તુકમરીપાનો છુકા ખાવાથી વજન વધે.

**રેવંચીની—**દાદર ચામડીના દરદો પર લેપ થાય. કલેજાનું સુધારે. જીભો તાવ જીતે. પિત્ત વિરોધક અજીરણ અતિસારમાં ઉપયોગી. ગર્ભાશયનો સોજો દુર કરે. દસ્તાન લાવે.

**શનીતજ—**બીજું નામ રાજ છે. ખાજ દાદરના મસમમાં વપરાય છે. રાજ સાથે માખણ લગાડવાથી કાંતેજા ચીરા રૂઝારો-અતિસારમાં અકસીર છે.

**રબ્બુલમુસ—**બીજું નામ જેહીમધનો શીરો..ખાસ સ્વરભેદ ખાંસીમાં અકસીર છે.

**એહીસાલા—**શીઘરસતું યુનાની નામ છે. અંગ્રેજમાં લીકવીડ એમખર કહે છે. રક્ત નિસારક, પિંડાશામક, કલેજાનું સુધારક, દુરગંધનાશક, મુત્રજ, દસ્તાન લાવનાર.

**એદાલકહી—**ભગિલાં હાડકાં, સાપાટીકા, સંધિશળ, કરમપિંડા, કફરોળ ચોંટ, મોચ, શોળ, વાયુરોગમાં લગાડાય છે.

**મુલી બીજ**—મુત્તળ, વાયુનાશક, ઉલટી લાવનાર, કફ તોડનાર. દૂધના લાવનાર તથા ચામડીના રોગોમાં બહારથી લગાડવામાં વપરાય છે.

**મુરદા સંગ**—સીસામાંથી બનેલો પત્થર છે. શુભર્ષા પાદાનાં મલમમાં વપરાય છે. બેઝાર પણ કહે છે.

**માહી રોળીયાન**—કાલ્પીતું યુનાની નામ છે. ગુરડા તથા ગર્ભાશયને ગરમ કરે. હન્દીઓમાં ઉશ્કેરાટ લાવે. અંગ્રેજી નામ ટ્રોન્સ છે.

**માહી બહરજ**—અનામીરટા કોક્કુલસ લેટીન નામ છે. જલાસયમાં એનો છુટો નાંખવાથી માછલીઓ મરી જાય. તીવ્ર વિરેચક, ઝાડા માર્ગે કફોષેતે હાંકે. સંધીવા જલોદર સાપાટીકાના પ્રયોગમાં લેવાય છે.

**મામીરાન**—કમલો, તથા પીસાબની રસી દૂર કરે છે. કાપટીસ દીટા લેટીન નામ છે. બીતર પ્રયોગથી વાયુનાશક અને મુત્રલ છે. ખીજ દવા સાથે આંખોમાં અંગ્રીય છે. બાંધાં ફેલા તથા આંખની ખામીઓ દૂર કરે છે. એનાં હરિક્ષ સાટોડી, આખરો તથા નીરમલી છે.

**મસ્તગી**—લેટીન નામ મસ્ડીય છે. એક ઝાડનો જમ્બેલો રાલસાર શુદ્ધર છે રંગ સફેદ, સ્વાદ મધુર અને મુગંધીદાર...કલેબને જોર આપે. કફનાશક અતિસારનાશક, સોજામાં બહારથી લગાડાય. રક્ત સ્તંભક હોવાથી મંજનોમાં વપરાય. રક્તપ્રદરમાં ઉપયોગી...જોસાબની દવા સાથે આપવાથી તણે દોષો બહાર હાંકે.

**મકોધ**—સોમેનમ કલકામરા લેટીન નામ છે. ગુજરાતીમાં પીપ્પડી કહે છે. ખડીમાં ખાસ ઉપયોગી છે. કમજીવાત તોડનાર, પથરી ભાંગનાર, બરણ તથા કલેબું મુદારનાર, જલોદરમાં ઉપયોગી, આંતરગતું શુભ દૂર કરે એની છુટી સુંઘવાથી મગજ સાફ થાય-સલેખમ મટે.

**બેદ મુસક**—લેટીન નામ સાલીક્ષ કાપરીવા છે. એનાં પુષ્પ અત્યંત સુમંધીદાર છે. ગરમ તાસીર છે. સુંઘવાથી મગજને બળ આપે. હાટ રોતીક છે. મુત્તળ પિંગ્લામક, મગજને તરાવટ આપનાર છે.

**બુરાદા હાથીદાંત**—હાથીદાંતની રાખ છે. મધ સાથે ચાટવાથી બુદ્ધિની તીવ્રતા વધે. અનુકુળ દ્રવ્યો સાથે આપવાથી રક્તપ્રદર તથા લોહીનો ઝાડો બંધ કરે. ચોખ્ખાઈ આવ્યા પછી પહેલા સાત દીન, સાકર સાથે હાથીદાંતની રાખ વધ્યા સ્ત્રીને ખવાડો તો જરૂર પુત્રવંતી થશે... આંખોને રોશની આપે. રસવંતી સાથે હાથીદાંતની રાખ બકરીના દુધમાં ન્દગાવાથી બેઠકાં તાલક ઉપર નવા બાલ ઝુંઝાળા ઉગશે. આંધરૂં, એનું અંગ્રેજી નામ છે.

**બાર બહુતી**—વરસાદ વખતે પૃથ્વીમાંથી નીકળતી લાલ રંગની ગોળાકાર ગાય છે. ગાંધીઓને ત્યાં બાર મહીના મહે છે. પાનમાં ખાવાથી નસકવો હાથે નામરદી દુર થાય. માલકાંકણી કે તજના તેલમાં ઘુંટી લગાવવાથી હમજોર નસોને બળવાન બનવે.

**ગર્ભરોધક વટી**—અસત્રી પદ્યરની છાલ (કાલબલ હિજર) ત્રણ રતી, વંશ લોચન ત્રણ માસા બારીક પીસી ત્રણ પડીકી બનાવો. દીનમાં ત્રણ વખત જરૂર વખતે દસ્તાન લાવવા વાપરો. ગર્ભસ્ત્રાવ તથા ગર્ભપાન કરવા માટે અત્યેષ ઔષધી છે. (યુ. મિ. સા. ના આધારે)

**મોતીયા ફુલાં જલકાં**—મરી ૦૥ નાગરમોચ ૦૥ હાથીનખ ૦૥ કેશર ૦૬ હરડે ૦૥ સોનામખી ૦૥ સરસકાના ખીજ ૦૬ ખીરની ખીજ ૦૬ કણ્ઠતરની ચરક ૦૬, સંગમચરી ૦૬, લવંગ બે આનીબાર... સર્વે બારીક પીસી લીંચુના રસમાં ઘુંટી, સાખરસીંગાથી ફેરવીને હ્રદયે મોરથુલુની ચુકી ૦૬ તેલો નાંખી ગોલી બનાવી જરૂર વખતે પાણીમાં ધસી લગાડો.

## યુનાની કોષ સાથે ગુજરાતી નામો :

અકાખ—વિરુદ્ધ...અડસ—મસૂર...અનન્યસહજન—પીલૂડી...અબ-હલ—હાથિમેર...અગુઝા—દિંગ . અરસક—ખીર મદતી...અસાદન—નગર...અસપન્દ—હર મલ...અસલ—મધ.. અસલ લસસ—જેઠીમધ...અશમાર—

સોદાખાધકાખ... ઘિશના—છડીલા... ઉદ—અગર... એલવા—મુસખમર... કિર—  
 માની—છરા... કુન્દ—તલ... કુન્દસ—નાકછીંકણી... કુરત—પૂંકરમૂખ...  
 કતાન—અલસી... કનખ—સાંગ... કંદરયા—સમૂદસાગ... કખાખા—ચીની—  
 કખાલા... કખરીયત—ગંધક... કરંદલ—લવંગ... કચનીજ—ધાના... કસબલજ—  
 રીશ—કરીયાતુ... ખારખાશક—ગોખરૂં... ખુરમાહિન્દી—ખારેક... ખુલખન—  
 પાનનીજડ... ખમસલ હદીદ—મંદુર... ખરાતીન—અલસીયાં... ખરપઝા—ખર—  
 શુચાં... ખરદલ—રાઈ... ખરમુહરા—કાડી... ખચારશનખીર—અમલતાસ...  
 ગુલમુરખ... ગુલાખતું પુલ... ગો ગિરદ—ગંધક... ચરપટા—મુકંકણી... ઝાઝ—  
 રૂટકડી... જીજીદુવા—જયદલ... જરારી—તેલનીમકખી—જેજીમાસલ—ખરતુ—  
 રખીજ... જરનખ—ઘાહમી... જરનવાહ—કચૂર... જકુમ—રતુહી...  
 જનંગર—શિગરફ હિગુખ .. જંજખીલ—મુંઠ... ઝાંઝરાન—કેશર... તિમીર  
 દિન્દી—આમલી... તુખમે ખચારીન—ઠાકડી તથા ખીરના ખીજ... તુરખદ  
 નસોતર... તૂરખ—મુળી... તુતીયા—મોરયુયુ ... દનકાર—સોહામા... તલક—  
 અમક... દાર ફિલફિલ—પીપર... દાર ચોખ—દારહલદર... નાનખવાહ—અજમો  
 ... તુકરા—ચાંદી... નખૂદ—ચના... પંનાહ—કપાસ... ફિલફિલ અહમર—લાલ  
 મરયાં... ફિલફિલગિરદ—ઠાલાં મરી... ફિમફિલ દરાજ—પીપર... ફિનહ—  
 ચાંદી... ફેફલ—સોપારી ફરંજમુરક—રામ તુલસી... ખાદ્યાન—સૈફ... ખેદ  
 અંછર—એરડો... ખૂજરલખજ—ખુરાસાની અજમો... ખનદક—અરીદાં...  
 અલાદર—બીલામાં... ખસખાસા—ખવત્રી... ખલીલા—ખહેડાં... ખીસ—તણિ  
 મુરક—કરતુરી મકકલ—ગુમળ... મરવારીદ—મોતી... મરઝાન—મવાળ...  
 ચાખ ગોજન—સાખરસિંગ .. ચંતરજ હિન્દી—ચિત્રક... ચમસ્ત—ચુવા...  
 સાજજ હિન્દી—તમાલપત્ર... સીમાખ—પારદ... સોમ—લસન... સનમય  
 ખરવી—ખાવલનો/ગુંદર... સખર સકુતરી—એલીયો... સમખલતીખ—જટા  
 માસી .. સંમલકાર—સોમલ આરસેનીક... સલેખા—તજ... દિખા—મેંદી...  
 ફિનજલ—તુંમખા... દિનસલ—કદી... હીલ કલાન—મોટા એયયા... હીલ—  
 ખુરદ—નાની એલચી . હખમ લનીલ—કલા ઘના... હલતીત—હીંગ...  
 હલીલા—હરડે. સંગેપુષ્પ—ટોરટોષક...

## યુનાની પ્રીસ્કીપરાન :

(૧) વધરાવલ લેપ—તંબાકુ કસુંબાની લાદ કેસુંદા સુંઠ શેષગુંદર એલીયો આંખાહલદર મસ્તકી વજ ખસખસના પોષ દરેક ૧-૧ તોલો અને વજનાગ જે તોલા ખાંડી પાણીમાં અથવા પીણુડીના રસમાં લગાડો. (૨) કંથમાળ ગરમ દુધમાં મૂળાના ખીજ પીસી લગાડો અને વીસ તોલા પાણીમાં વધુ મૂળ ૧ તોલો ઉકાળી પીવો. (૩) ચાંદી—સોપારી રાખ ૨, સંખજી ૧૧, સફેદો ૧૧, બોદાર ૧, કાથો ૧ તેલો, કપૂર ૧ વાલ, ધોયેલાં ચોખ્ખાં લીમાં મલમ બનાવી લગાડો. (૪) ધાતુ વજન વધારવા—ગોળ સાથે તુકમીરીયાની જુકી ગરથો તોલો જમ્બા પછી લેવી. (૫) દસ્તાન લાવે—રાસાતુ ધાસ જેને અજખર કહે તે તોલો ૧૧, પાણી તોલા ૧૦૫ માં ઉકાળી ગોળ સાથે પીજો. (૬) હીસ્ટીરીયા—જટામાસી તોલો ૧, જુદે દસ્તર તોલો ૧ મેળવી ગુંદરના પાણીમાં ૨૪ ગોલી બનાવી, દીવજમાં જે વખત ૨૪૨ આપો. (૭) લકવો—કાસનીનો ઉકળો દ્રાક્ષ સાથે પીવો. (૮) જલંદર—વરીયાલીના ઉકળામાં સુરોખાર પીવાડો. (૯) ઉંદરી—પોશ પાનનો રસ લગાડો; અથવા મધમાં ભોપરીગણીનો રસ લગાડો. (૧૦) વધરાવલનો લેપ ખીજો—જીરું પલાંસી કંઠ એરંબૂળ બોરડીની છાલ કાંઈમાં પીસી લગાડો. (૧૧) હરદયરોગ—ગુલે માવજખાન ૧૧ ગુલે અરમાની ૧૧, વાંસકપૂર ૧, ધના ૧, મુલાખજલ ૧ સાકર ૧ મેળવી કાકી બનાવી ૧૧ તોલો જે વખત આપો. (૧૨) શ્વાસરોગ—આકાશવેળ પાણીમાં ઉકાળી પીવો અથવા અગર જુકો વરીયાલી મેથી અંજીર ઉકાળી પીવો. (૧૩) ખાંસી—બાવલગુંદર સુસો અથવા જેઠીમઘ હસખગુલ કાથો ગુંદર મેલવી ગોલી સુસો. (૧૪) રક્તપિત—હીરાખણની જુકી દીનમાં ૪ વખત લેવાથી કાંઈખી ઠંડાણેથી વહેતું જોતી બધે થાય. (૧૫) ખીનસ નાકના દરદો—ત્રિફળા સાથે કુવાડીયાના ખીજની જુકી રાતે કાડો. (૧૬) હીસ્ટીસિયા—અંજીર વરીયાલી અથવા લસનનો ઉકળો પીવો. (૧૭) જલંદર તથા બરળ—ટંકનખાર જે મરી ૬, અગમો ૧૦, એલીયો ૧૨ તોલા મેળવી ગોળા બનાવી આપો.

## પ્રદર ધુપણી ધાતુની ગળતર :

(૧) વરીયાલી ખાંડ ફાકવાથી સફેદ પાણી બંધ પડે. (૨) ઘી-કેળું ખાવાથી બંધ થડે. (૩) ફક્ત સીંજોડા આતાની રોટલી જમવાથી રક્ત પ્રદર દૂર થાય. (૪) મધ સાથે અરુડસી પાનનો રસ એજ ગુણુ બતાવશે. (૫) દુધ સાથે અશોક છલનો કાકો ઠંડો પીવો. (૬) ચોખાના ધુવનમાં રસવંતી અને અશોક પીવાથી લોહીના બંધ થશે. (૭) જીઝ ગોખરૂ શંખજીરૂ કમલકાકડી લોધર અકશીર છે. (૮) મધ સાથે આમલા ભુકી ચાટો, સફેદ પાણી બંધ પડશે (૯) મધ સાથે ઉંબરાના ફળ ચાવી જાય. (૧૦) ચોખા ધુવનમાં કપાસનાં મૂળ પીવાં. (૧૧) કારેલાના પાનનો કવાથ ધોધમાર ઉતરતાં દસ્તાનને રોટી દેશે. (૧૨) ચાવલના પાણીમાં કાકળંગાની જડ પીવો. (૧૩) સતાવલી ચુર્ણુ અકશીર છે. ફટકડી-ખાંડ ફાકો (૧૪) ગુસ્થરની છાલ ઉકાળી મટાવો. (૧૫) વેંગણની જડ ઉકાળી તે વડે ધોવાથી જગા ટાપત થશે. (૧૬) ચોખાના ધુવનમાં મધ અને ચોલાઈ ભાજીનો રસ પીવાથી સર્વે પ્રકારની પ્રદર નક્કી બંધ થશે. (૧૭) શેમલાનો મુંદર તાજા દુધમાં પીવો. (૧૮) ગોખરૂ ખાવલના પાન અને ખાંડ ફાકો. (૧૯) માવડીના પુલનો ઉકાળો મધ સાથે પીવા આપો. (૨૦) દહી ચોખા જમવાથી અને દહી ખાંડનો નાસ્તો જમવાથી વગર દવાયે બીમારી જાય. (૨૧) દહી સાથે શંખજીરૂ ખાંડ ખાવા મ્હો. (૨૨) માખણ સાથે નાગકેશર પુલ ચાટો, રામખાણ તારીર છે. (૨૩) ગેડીડાની જડ ઘસી પીવો. (૨૪) લીઝના સુપ પીવો. (૨૫) માખણ ખાંડ સાથે લાખની ભુકી ચાટો, કાતીલ ઉપાય છે (૨૬) ફક્ત સરખંખાની જડ કમરે બાંધો તો ધાતુ વહેતી બંધ પડે, (૨૭) સાગની છાલ ઉકાળી પીવો.

## બાલરોગ :

(૧) અનિદ્રાનિદ્રા નુટી, દરેક રોગો મટાડે (પીપર નાગરોગ્ય કાકડાગીંગ અનિવિધ). (૨) મલ ચતુર લઢ અથવા શિંગાદિચુર્ણુ કામ આપશે (૩)

દામનો રસ કે કપૂરકાચથી ઉલટી રોકે. (૪) ઇંડાની જરદી બચ્ચાની  
ગુદાંમ ચઢાવવાથી સુકતાન રીકટ મટે. (૫) સાટોડો મધ આટવાથી રીકટ મટે.  
ધાતુ વધે :

(૧) દુધ સાથે સીંગોડની ભુકી ખાવી. (૨) અલસી ખાંડ ફાકી  
ઉપર દુધ પીવો. (૩) સંભોગ પછી ગોળ જે તોલા ખાવાથી શક્તિ પ્રબળ  
રહેશે. ઘી પીવાથી રહેશે. (૪) દુધમાં વેનીલાની લાકડી ઉકાળી પીવાથી  
વાજકરણ ગુણ વધશે. (૫) ગોરખાંડી તથા જાયફળ પીસી ખાવાથી નામરદી  
દૂર થશે. (૬) મધ સાથે ગલોનું સત્ત્વ પીવાથી બળ વધે, (૭) દુધ સાથે  
ખાખરાની જડ પીવાથી વીર્યવૃદ્ધિ થશે. (૮) દુધમાં ખારેક પકાવી ખાવાથી  
શરીર બળવાન થશે. (૯) એમાં કવેકર ઓટનો ગુણ છે. (૧૦) દુધ સાથે ચારોલી  
પીવાથી શરીર મજબુત થશે. (૧૧) ઘી સાથે આકાનું દુધ લગાડો. (૧૨)  
અમેલી તેલમાં રાઇ પીસી લગાડવાથી કમળેરી દૂર થશે. (૧૩) દુધ સાથે  
મુસલી ખાંડ પીવાથી વીર્ય વધશે. (૧૪) તમ્બ સાથે અલસી ખાવી.  
(૧૫) ખાંડ સાથે આવલની સીંગ તથા દોધીની જડ પીવી, (૧૬) દુધમાં  
સતાવલી પીવી, (૧૭) ઘી ખાંડ સાથે આવલની ખીર ખાંજો. (૧૮) ખાંડ  
સાથે નાસપતી ખાંજો. (૧૯) પસ્તા મગજમાં બળ-વીર્યને બળતો છે.  
(૨૦) ખાંડ દુધ સાથે સેમલા ગુંદર ખાવો. (૨૧) દુધ ખાંડ સાથે શંખાવલી  
ખાવાથી શુદ્ધિ વધે છે.

ગર્ભ-રોગ :

(૧) ઇન્દ્રાણીની જડ બેલનાપાન સાથે પીવાથી ગર્ભધારણ થશે.  
(૨) દુધ સાથે કાંટાસલીયાની જડ રતુ સમયે પીવી. (૩) ઉંખરાના ફળ  
ખાવાથી ગર્ભપાન થતો નથી. (૪) નાગકિસરના પુલ દુધ સાથે પીવાથી  
ગર્ભસ્ત્રાવ બંધ થશે. ગર્ભધારણ થશે. (૫) દુધ સાથે કામદેવ ભુકી ખાવાથી  
ગર્ભધારક શક્તિ પ્રબળ થશે. (૬) મુશ્વરની જડ ઉકાળી પીવાથી પડતો  
ગર્ભ સ્થાયી થશે. (૭) પેટ ઉપર ગોખીચન્દનનો લેપ કરવાથી કમુવાવડ :



અટકશે. (૮) કાલસાની જડ પીસી ઠુંડી સફરા અને છુપા લાગપર લેપ કરવાથી બચ્ચુ ઉતરી આવશે. (૯) પ્રસૂતી વહેલી બનશે. (૧૦) મજાનો ઉકાળો પીવાથી દસ્તાન સાફ આવશે. (૧૧) રાષ સાથે સેકેલી હીંગ ખાવાથી બચ્ચુ સરળ રીતે ઉતરી આવશે. (૧૨) ગરમ પાણીમાં સુરોખાર ૧ તોલો પીવાથી પ્રસૂતી સરળ બનશે. (૧૩) છુપી જગાપર નગોડની જડ અને ઘાસ પીસી લેપ કરવાથી પ્રસવ કાળમાં દુઃખ યશે નહીં. (૧૪) દુધ સાથે સમુદ્રજળ પીવાથી ગર્ભધારણ થશે. દસ્તાન વખતે સહદેવીની જડ પીવાથી ગર્ભધારણ થશે. છાણનો રસ એ તોર્ણ ગાલીને પીવાથી પિગારહિન પ્રસૂતી થશે. (૧૫) તલવણીની જડ હાથે બાંધવાથી મુખે પ્રસવ થશે. (૧૬) ઘીમાં સેકેલી હીંગ ખાવાથી પ્રસૂતી સહેલ બનશે.

**દાદર ખરજીયું :**

(૧) સોનામખી વરીયાલી મૂંડી અને સરપખાની જડનો ઉકાળો પીવો. (૨) ત્રીણાં સાથે બહુફલી કાકા. આમલાનું પાણી લગાડો. (૩) ગંધક સિંધવ મજા દહીમાં લગાડો. (૪) દાપરેલ ધસો, અનંતપૂળનો ઉકાળો પીવો.

**વિષ-રોગો ઝેર ઉતાર :**

(૧) આમલીના બીજ ધસવાથી વિચ્છ્ર ડંખ ઉતરે. (૨) અખરોડ ખાવાથી અશ્રીય તથાભીસામાનું ઝેર ઉતરે. (૩) કેલના થડનો રસ સાંપના ઝેરનો નાશ કરે. કાલા અપરાજીતાની જડ પીવાથી સાંપનું ઝેર ઉતરે છે. (૪) રાષ પાણી અથવા મીઠકનું પાણી કે ફેટકીનું પાણી પીવાથી અશ્રીયનો ઉતાર થશે. (૫) આકાનું દુધ લગાડવાથી સાંપ-વીંછીનું ઝેર તથા પોગવ કૂતરાનું ઝેર ઉતરે. (૬) આકાની જડ પીવાથી સાંપનું ઝેર ઉતરે. (૭) અરજુન ઘાસ પીસી લગાડવાથી દરેક ઝેર ઉતરે. (૮) પાણીમાં ઝેરંડીની જડ પીવાથી અશ્રીય ઉતરે. (૯) પીસેલું સુરન લગાડવાથી વીંછીના ડંખ ચાંત પડે. (૧૦) કાવજળ બીજ ખાઈ ઉવટી કરવાથી સાંપ ઝેર નિવૃત્ત થાય. (૧૧) કુચલાનું વિષ કપૂરથી નાશ પામે. (૧૨) કુચલાનો લેપ કરવાથી ઉંદરનું ઝેર ચુસાઇ

જગે. (૧૩) મહુડાં અને કુચલાં પીસી બાંધવાથી સાંપનું ઝેર ઉતરે. (૧૪) મરી સાથે ગૂમા (દ્રોણપૂષ્પી) ની જડ પીવાથી સાંપનું ઝેર ચોક્કસ ઉતરે. (૧૫) ચોલાઈ બાજીનો રસ પીવા લગાડવાથી સર્વે ઝેર ઉતરે, સોમકનું ઝેર તથા કેનસરની પેન શાંત થાય. (૧૬) જમાવગોટાના પાન પીસી લગાડો સાંપનું ઝેર ઉતરે. (૧૭) જીરું-મરી ઘસી પીવાથી જડકવા દૂર થશે. (૧૮) ખીજોરાના ખી પૃષ્ઠ મરી પૃષ્ઠ પીસી પીવાથી તમામ પ્રકારના ઝેરાનું નિવારણ થાય. (૧૯) કાલી તુલસીનો રસ પી વાળે શરીરે લગાડવાથી ત્રણ દિવસનો સાંપનો કંખેલો મરેલો આદમી જીવતો થવાની નોખ 'પ્રજુધા' મારીકમા એક સંન્યાસીએ આપી છે. (૨૦) નાઈકંદની જડ ખાવાથી સાંપનું ઝેર ઉતરે. (૨૧) પીસેલો નાગરમેથ લગાડો, વીંછીનું ઝેર નષ્ટ થાય. (૨૨) નાગકેસરના ધુપ વાટી લગાડો. સાંપનું કંચ ઉતરે. (૨૩) ધતુરાની જડ ચાર રતી મરી દાણાસાત, પીસી એક વીક ખાવાથી કુતરાનો ઝેર ઉતરે (૨૪) ફક્ત તાજાં દુધમાં ઘી પીવાથી ઝેરની તોષાની અસર ઓછી થશે, (૨૫) ચુનો નવસાર ટંકન સુંબાડવાથી વીંછી ઉતરે. (૨૬) સિંધવ પાણી લગાડો અને આંખમાં નાંખો. કાંદાનો રસ લગાડો વીંછી ઝેર નાશ પામે. (૨૭) પીપરનો ઘસારો લગાડવાથી સર્વે ઝેર નાશ થાય. (૨૮) કુદનો પાવાથી અને લગાડવાથી ખીલાડીનું ઝેર ઉતરે (૨૯) કુતરાનો કરક કાંદાનો રસ લગાડવાથી ઉતરે. (૩૦) ફટકી લગાડવાથી વીંછીનું ઝેર ઉતરે. (૩૧) બાર આનીભાર ફટકી પાણીમાં પીવાથી નિસંદેહ સાંપનું ઝેર ઉતરે. (૩૨) કાચાં વેંગાં આવવાથી ધતુરાનું ઝેર ઉતરે. (૩૩) ઘી સાથે મરી ખાવાથી દરેક ઝેરી અસર ઓછી થશે. (૩૪) તલનાં તેલમાં મરચાં ઉકાળી લગાડવાથી કુતરા તથા વીંછીનું ઝેર ઉતરે. (૩૫) ફક્ત રાઈ કાકવાથી સાંપનું કાતીલ ઝેર હીજીવિય થશે (૩૬) અરીસનું પાણી પીવા લગાડવાથી તમામ ઝેરી અસરમાંથી મુક્તિ મળે. (૩૭) મરી સાથે સીરસના પાન ઘુંટી ખાળો. ઝેર ઉતરે. (૩૮) ફક્ત સાટોડીની જડ ચાવવાથી વીંછી કંખ ઉતરે. (૩૯) નગોળના પાનના રસમાં આંકડાની જડ ઘસી લગાડો.

(૪૦) ફક્ત હોંગ ખાધ લેવાથી અરીજી ઉતરે. (૪૦) હાથીસુંઘના પાન પીસી ખાધો. કુતરાનું ઝેર ઉતરશે. (૪૧) પાંચુ તોવા ઘીમાં એક તોલો સિંધવ વાટી પીવાથી તમામ ઝેર દૂર થાય.

**નામરદી :**

(૧) શુઠ ગંધક સાટોડી મેલ્યરસ મેલવી દુધ સાથે લે. (૨) વિઘરી મુસલી આમલા પુનરનવા દુધ સાથે પીવો. (૩) ઘી સાથે આક્રમનું દુધ લગાડો. (૪) દુધમાં ધનરજ્યવનો મગજ પીસી લગાડવાથી જાતી તથા નસો મોટી અને બળવાન થશે. (૫) ફક્ત ઝેરંડયુ રાતે લગાડો. (૬) કારેલાં બી વાટી પાણીમાં લગાડો. (૭) દુધમાં નયફલ પીસી લગાડો. (૮) કૈયાતિ પાક ખાવાથી ઉષ્ણંથ દૂર થશે. (૯) બકરી દુધ સાથે ગોખર ખાવાથી મરદાનગી વધે. (૧૦) તલના તેલમાં જોરખમુંડીની જડ પકવી પીવો લગાડો. (૧૧) ઘી સાથે ધતુરા બીજ પીસી ખાવો અને લગાડો. (૧૨) દુધ સાથે માલકકાણી બી ખાવા. (૧૩) માલકકાણી તેલ અથવા ખીરખોહની પાનમાં ખાવો અને લગાડો. (૧૪) મુગધીવાળો દુધમાં લગાડો. (૧૫) ફક્ત પીસેલી સોપારી લગાડો.

**હૃદયી—અડગરી :**

(૧) મધ સાથે જેડીમધ મધ સાથે પીપર. (૨) કુટકી સાથે ગરમપાણી સાથે જવબાર અને પૂસકરમૂળ. (૩) હરડે સુંઠ ગોળ નગોળના પાનનો રસ. (૪) મોરપીછની રાખ મધ સાથે મધ સાથે ધ્રાવન સુષુ. (૫) નાગરવેલના પાનમાં પારો ખરલ કરી માથે લગાડવાથી જી ચેકકસ મરે. (૬) મરી મધ ખાંડ ચટાડો.

**હૃદય રોગ :**

(૧) દુધ સાથે અરબુનની છાલ તથા જેડીમધ પીળો. (૨) ગરમ પાણી સાથે આસંધ તથા બહેડાંની બુટી ફાડો. (૩) ફક્ત મધ પાણી પીવાથી આરામ થશે. (૪) ધાનાના ક્વાથમાં અરનીના પાન પીળો. (૫)

મધ સાથે અગરની છુટી ચાટવાથી હૃદય ખળવાન થશે. (૬) સુંઠ સાથે અકકલકરો-ખુદિંગનનો ઉકાળો હૃદય રોગ દુર કરશે. (૭) અરજુનના ઉકાળામાં ઘી પીવો. (૮) ઘી ગોળ ધઉ અરજુનનું ચાટણુ અકસીર કામ આપશે. (૯) એલચી તથા પિપળાના મુળ ઘીમાં ચાટવાથી જાડ ચરબીદાર હૃદયો નાના થશે. ગરમ એરંડાની માલીસ કરો. (૧૦) કરંજના પાનનો રસ પીવો. (૧૧) મરી ગળેા સાથે ગરમ પાણી પીજો (૧૨) દેવદારનો કવાથ મધ સાથે પીજો. (૧૩) ઘીમાં પકાવેલાં પરવલ જમો. (૧૪) સુવર્ણ વસંત માલ્ટી કે ચંદ્રોદયની ગોળીનો ઉપયોગ કરો. (૧૪) ભીંજવેલી બદામ માખણ ખાંડ સાથે પીસી ખાવી. (૧૫) જટામાસીનો ઉકાળો પીજો. જટામાસી પીસી લગાડવાથી ધપકારા યાત થશે. (૧૬) પીશુડીનો રસ માખણમાં ખાવો. (૧૭) સેફલા મગ સાથે ઘી ખાંડ ખાવાથી શક્તિ તથા રાશની વધે. (૧૮) સુંઠનો ઉકાળો પીજો. આદુ ચાવો. (૧૯) દુધ પાણીમાં લસન ઉકાળી પીજો. (૨૦) કાલા ખજુરનું પાણી પીજો. અખરોડ ખાજો. (૨૧) કાચનારની હાલના ઉકાળામાં ઘી નાંખી પીજો.

### કલેજા-ખરજના દરદો :

(૧) પપીતામાં રામબાણુ ગુણુ છે (૨) ઘીમાં પીપર ચાટી ઉપર ગરમ દુધ પીજો. (૩) ઘીના પાણીમાં અપામાર્ગ દૂધ પીવો. (૪) ભીંજવેલી મેથીના ઘણા એક ચમચી સવારે પીજો. (૫) લીંછુના રસમાં શેખરમ પીવો. (૬) કાલા ખજુરનું પાણી પીજો. (૭) કાઠમીરનો તાળો રસ લીંછુ સાથે પીવો. (૮) કુવારનોનો રસ અથવા કુમારી આસવ સાથે એલીયાદિગોલી લેજો. (૯) લીંમગનો પાન ચાવો. (૧૦) અગમો અંચળુ શેકો. (૧૧) સેફલી કુટડી જસ અંચળ સાથે ખાજો. (૧૨) ગરમ પાણીમાં લીંછુ પીજો. (૧૩) કરીયાનું ઉકાળો પીજો. (૧૪) કારેલાનો રસ કે શાગિરાનો રસ પીજો. (૧૫) વાવડીંગની છુટી ગરમ પાણી સાથે આપો.

(૧૬) આરોગ્ય વરધીની અથવા ચક્રતારી લેહ રામખાણ છે.

ટયુમર—ગુહમરોગ :

(૧) મધ સાથે કપીવો કે ઘી સાથે આમલો આટવાથી પિત્તનો ગુહમર મટે. (૨) ગોમુતર સાથે ગુગળ પીવાથી વાયુગોળો મટે. (૩) દહી સાથે ગોરખમુંદી ખાવાથી મટે. (૪) અળખો-સંચળ કાકાથી મટે (૫) સુંઠના ઉકાળામાં એરંડયુ પીળે (૬) લીંબુના રસ સાથે ઢિંગાબટ ચુર્ણ લેજો. ખાસ સાથે ટંકન જવખાર પીપર પીળે. (૮) કુમારી આસવ સાથે કાંકયણ ગુંદી લેવાથી રામખાણ અસર મધશે.

આંખના-દર્દો :

ત્રિકુલાં પાણી વડે આંખ ધોવી. (૧) અગથીયા ફુલનો રસ ઠાનમાં નાખી એ તરકારી ઘીમાં પકાવી જમો. (૨) ઇસબગુલના ઠંડા છુવાવથી આંખ ધોવી. (૩) લીંબુના રસમાં કટેરીની જડ ધસી લગાડો તો આંખ ખતે ફુલાં મટે. (૪) નાક માર્ગે સવારે પાણી ચઢવવાથી ચરમા ઉતરે. (૫) ચાંદની રાસની આંખનું તેજ વધારે. (૬) કરમડાના પાનના પાણી વડે આંખ ધોવી. (૭) તુરીયાના પાનનો રસ નાંખો. (૮) ચંપાના પાનનો રસ નાંખો. (૯) જીરાનું પાણી પીવો. (૧૦) દુધમાં પીપર તથા ખીજીરાના ખીની જુકી પીવો. (૧૧) પાણીમાં નિરમલીના ખીજ ધસી લગાડવાથી નેત્રાની જ્યોતી વધશે. (૧૨) ખારીક પીસેલો નવસાર આંજવાથી મોતીયો દુર થાય. બહેડાનો મગજ આંજવાથી મોતીયો મટે. (૧૩) લીમડા પુલ સાથે કલમીસોરા છુંટવાથી ઉનમ સુરો ખતે. તેનાથી આંખના દરેક રોગો મટે (૧૪) ગોખરના રસમાં પીપર આંજવાથી રતાધળો ચોક્કસ મટે. હેલીબટ ટપસુલ સંત્રાના રસમાં પીવાથી મટે. (૧૫) લીંબુના રસમાં ફટકી આંજો. (૧૬) ખાવળના પાન ઘીમાં તથા આંખ પર સેક કરવાથી પિંડા દુર થાય. (૧૭) મકોયની જડ માથે આંખવાથી મધ સાથે રાધિયું વેગળું ખાવાથી ઉંધ આવે. (૧૮) ગોળ સાથે મકોયનો ઉકાળો પીવાથી ઉંધ

આવે. (૧૯) મધ સાથે કાંદિનો રસ આંજવાથી આંખની પીડા મટે. (૨૦) તલીયામાં માવકાંદણી તેજ ધસવાથી આંખનું તેજ વધે. (૨૧) દલદ સાથે સુરોખાર આંજવાથી જાંઘા કપાઈ જશે. (૨૨) નગોડના રસમાં અમુદ્રક આંજવાથી પુડું કપાઈ જશે. (૨૩) ગીધવ કરતાં ડમલ સાકર જેળની આંજવાથી મોતીયા જાંઘાં દુર થાય. (૨૪) સુની વખને વરીવાલી ખાંડ કાકવાથી આંખોનું તેજ ચોકકસ વધે. (૨૫) હરડેનો ઘસારો આંજવાથી પાણી ઝરતું બંધ થશે. (૨૬) પાણીમાં મચ્છં ઘુટી આંજવાથી આંખના સર્વે રોગો દુર થાય (૨૭) કાનમાં એરંડાનું ટપકાવવાથી અને પગ તળીયે ધસવાથી આંખમાં રોશની વધે (૨૮) એડ્ડુ મધ આંજવાથી પાણી ઝરતું બંધ પડે. (૨૯) પીસેલાં મરી ૧૦ તોલા સાકર ૪૦ ઘી ૪૦ મેળવી સરદ પૂર્ણિમાની ચાંદની રાત્રે ખુદલાં મુકી સવારે જાંઘે મુકી એક ચમચો ખાઈ લેવાથી જીંદગીભરમાં આંખનો કોઈ રોગ નહીં થાય. (૩૦) ત્રિફલો વાંસકપૂર જેડીમધ માખણમાં ચાટવાથી ચક્ષુમાં ઉતરે (૩૧) નવનામૃતનો સુરોએ કે ચદ્રાદ્યવર્તી આંજવાથી તમામ નેત્ર રોગો દુર થાય.

માથા દરદો :

ઘી ઘસો. (૧) વજ પીંપર ખાવાથી તથા સુંઘવાથી સર્વાવર્ત પીડા દુર થશે. (૨) પીસેલો પુદોનો ધસવાથી મટે. (૩) બકાવન પાન વાટી લગાડો. (૪) ઘોડાવજની ભુકી લગાડો. (૫) પરવલનો રસ લગાડો. (૬) પાણીમાં પીપર લગાડો. (૭) ખાંડ સાથે નાસપતી ખાવી. (૮) પાનમાં નવસાર ખાવો. (૯) કલોજ અને કાલીજીરી પીસી લેપ કરો. (૧૦) ઠંડા પાણીમાં જટામાસી લગાડો. (૧૧) લાંગરાના રસમાં મરી લગાડવાથી આધારીશી મટે. (૧૨) મેંદીના પુંડનો છિકાળો મધ સાથે પીજો. (૧૩) ખેરસલી સુંઘવાથી તથા એના ઘીજ વાટી લગાડવાથી મટે. (૧૪) સમુદ્ર કળની ભુકી સુથો અને લગાડો. (૧૫) દુધમાં નગોડનાં ઘી વાટી પીવાં (૧૬) હરડે મરીનો લેપ કરવાથી ચોકકસ મટે. (૧૭) દુધમાં હીંગ

નાટી લગાડો અને સુધો. (૧૭) લસનની છાંય પીસી લગાડવાથી આંધાળીશી મટે જગા લાલ થાય તો ઘી પચાવો.

### કાનના દરદો :

તલના તેલમાં ધન્દ્રાયણના પાકાં ફલનો મગજ ઉડાળી નાંખવાથી બહેરાશ દૂર થાય. (૧) કોડીની ભરમ નાંખો. રસી બંધ કરશે. (૨) તુલસીનો રસ પીડા દૂર કરશે. (૩) સરસ્યું તેલ કાનમાં છોડવાથી ધણા રોગો મટે છે. (૪) કેવડાનું અત્તર ટપકાવવાથી બહેરાશ દૂર થશે. (૫) અપમાર્ગ તેલ નાંખવાથી બહેરાશ તથા કાનના દરદો મટે. (૬) કંદિનો રસ આદુનો રસ કે નગોડના પાનનો રસ નાંખવાથી બહેરાશ મટે.

### દંત રોગ :

(૧) પીસેલા અકકલકરા સાથે કપુર મેળવી દાનથુ કરવાથી સર્વે દંત રોગ નાશ પામે. (૨) લીમડના પાન ચાવવાથી ફેતેલ મલશે. (૩) તુલશી પાનમાં ભરી ભુકી ચાવી જવ. (૪) તમાકુ ચાવવાથી ઝડપી ગુણ મલશે. (૫) મશકું મંજન ગુણકારી જણાશે. (૬) બોરસલીની ભુકી લગાડી સુવો. (૭) રાઈ વડે દાંતથુ કરવાથી બગીચી મજબુત થશે. (૮) આકડાની જડનું દાંતથુ કરો. (૯) હિંગાબ્દક વડે દાંતથુ કરવાથી પીડા શાંત થશે. (૧૦) સુઠ-પીપર વડે રાતે દાંતથુ કરવાથી હાંડગીભર દંત મજબુત રહેશે. (૧૧) લવંગના તેલથી દંત પિડા દૂર થશે. (૧૨) ખાંડ સાથે લવંગનું તેલ ખાવાથી ઉલટી અટકે.

### ઝેરી રોગ :

(૧) અકકલકરાનો ક્વાચ પીવાથી બંધ પડેલો માસિક ખુલી જશે. (૨) ઉપરાઉપર અનેનાસ અથવા કાચો પપાઉ ખાવાથી રોકાયેલું દસ્તાન ફરીથી ચાલુ થશે. (૩) ધનદ્રાયણની જડ ખાનગી લાગમાં મુકવાથી માસીક રક્તવટ છુટી જશે. (૪) ધસરેમુળની જડનો ઉકાળો પીવાથી ચઢેલું માસીકધર્મ પુર જોસથી ચાલુ થાય. (૫) બાદેલા એરંડના પાન ગરમ બધિવાથી બંધ પડેલો

અટકાવ ફરીથી દેખાવ દેશે. (૬) કપાસની ઝાલનો ક્વાય ચાતુ કરશે (૭) કારેલાના રસમાં સુંઠ મરી પીપર પીવે. (૮) દુધ સાથે કુસુમનો મગજ પીવાથી રક્તોદર્શન ખુલી જશે. (૯) કુલ્થીનો ક્વાય માસીકધર્મ લાવશે. (૧૦) ગોખરનો ઉકાળો ખરાબી દૂર કરશે (૧૧) તલના ક્વાયમાં હરડે અને ગંધખીરાજની છુટ્ટી પીવે. (૧૨) બકાયન પાનના રસમાં અકકલકરે પીવાથી બધ પડેલો અટકાવ ફરી દેખાવ દેશે. (૧૩) ચાંપાનો ઉકાળો અથવા અંબેલીના પાન અને જડનો ક્વાય પીવાડો. દસ્તાન ચાતુ કરશે.

### મુખ-રોગ

(૧) વરીયાલી ખાંડ મધ ચાટવાથી ખોખરો અવાજ ખુબંદી પકડશે. (૨) ઉંખરાની ઝાલનો ક્વાય મોઢામાં લઈ કાગળા કરવાથી ઝાગરા પાયેરીયા ટોનસીલ મટયા છે. (૩) અંબેલી પાનનો ઉકાળો બનાવી કાગળા કરો. (૪) ખાંડ સાથે ખાખરાની ઝાલનો રસ મોઢામાં ફેરવવાથી દાંતમાંથી અરકતું લોહી રોકાશે. સોપારીની રાખ લોહી બંધ કરશે. (૫) ફક્ત દહીનું પાણી: ચુસી ફેરવવાથી મોઢાના દરદો મટયા છે. (૬) ઘંઝાની ઝાંચી સફેદી પીવે અને બઢારથી કાલીજીરી સુંઠ ગરમ પાણીમાં લગાડવાથી ટોનસીલ જીલ તથા દાંતના દરદો ચોક્કસ દુર થાય. (૭) નાગરમોચની કાકી મોઢામાં રાખવાથી મુખરોગો દુર થાય. (૮) પીસેલાં મરી, મંજનરૂપે લગાડવાથી દાંત મસોઢાના તમામ દરદો નાશ પામે. (૯) બોરસલીનો અથવા હરડેનો ઉકાળો રાખ્યાણુ છે. (૧૦) રાઈખાંડ ચાટવાથી મોઢામાં વધી પડેલી લખ સુદાઈ જશે. (૧૧) જમરૂખના પાનનો ઉકાળો બનાવી કાગળા કરાવવાથી અખરાડની છાલ પીસી લગાડવાથી અરકુસી પાન સાથે અંજીર ઉકાળી કાગળા કરવાથી મસોઢાનો સોજો પિંડા દાંતના દરદો મટે છે. જાયફલ પાણીમાં ઉકાળી વાપરવાથી ગુણુ કરે.

### માથના દરદો

પીસેલા અજમાની પેટલી સુધે. (૧) અકકલકરે પીસી લલાત પર



ગરમ પાણીમાં લેપ કરો. (૨) પાણીમાં દાઝમની જડ વાટી લગાડો. તુરત ચાંતી થશે. (૩) લવંગના પુલ સાથે ખસખસપોય વાટી લેપ કરો. (૪) ફક્ત પીએલી એકઠી સુંઘવાથી ચિરપીડા દૂર થશે. (૫) દુધમાં વેનીલાની શીંગ ઉકાળી પીવાથી બેભાનો કમજોરી દૂર થાય. (૬) માલણમાં વેનીલાની લાકડી ધમી લગાડો. (૭) ખસ અને લોખાનનો ધુપ લેવો. (૮) ઘીમાં કેસર ઘુંટી નાકમાં અંદરથી લગાડો. (૯) સવારે ઘી ખાંડમાં તથા નંગ બદામ પીસી ખાવી (૧૦) પીસેલું ભયફળ લગાડો. (૧૧) ક્લીંજરનો મગજ પીસી લગાડો (૧૨) દુધમાં તેલ પીસી લગાડો. (૧૩) પીસેલાં લવંગ સાથે તજ પાન લગાડો. (૧૪) કાનપટી ઉપર પીસેલી તજ લગાડો. (૧૫) દુધમાં સુઠ મેળવી નાકમાં નાખો. (૧૬) દુધમાં ઘી પીવાથી આંધારીશી મટે.

### સલેખમ-સરદી

(૧) ગરમ દુધ સાથે હળદ મરી પીવાથી તુરત કાયદો થાય. (૨) આદુનો રસ સાથે મધ આટો. કપૂર સુંઘો. (૩) ક્લીંજ સેકી પોતલી બનાવી સુંઘો. (૪) કદિ આવવાથી અને સુંઘવાથી સરદી તટે. (૫) ગોળ-અજમાની આઢ પીજો (૬) ગરમ આઢમાં મધ લીંજુ પીજો. દુધ નહી. (૭) મધમાં કાકાસીંગ આટો. (૮) તેજ લવંગ મરી પુદનાનો ક્વાથ પીવો. (૯) કાયફલ -મરી મેળવી સુંઘો. (૧૦) કુલીંજનો ઉકાળો પીવો. (૧૧) લીમગ-અજમો. વાટી કાનપટી ઉપર લેપ કરો. (૧૨) ઘોંઝવજની પોતલી બનાવી સુંઘો. (૧૩) દહી પીપર ગોળ ખાવો. (૧૪) મધ સાથે જટામસીનો ઉકાળો પીવો. ખીનસ-નાકના દરદો.

(૧) ઉકાળો કે ગોરખાંદીનો ઉકાળો પીવો. (૨) ત્રિફળા વરીલાલી લીમગનો ઉકાળો પીવો. (૩) બ્યા ઘી તેલ નાકમાં નાખો. (૪) લીંબોલી તેલ કે રાઈનુ તેલ નાખો. (૫) ઘીમાં કેસર ઘુંટી લગાડો.

પથરી-અશમરી-રેતી

(૧) પાંઝણી કંઠાડીનો ક્વાથ પીજો. (૨) કેસુડીના પુલ કાઢા કડુની ઊંચ સતાવેલી ગોખરનો ઉકાળો ગટલી ઉપર લીંબુ કે મોસંબીનો રસ પીવાથી નક્કર પથરી પ્રવાહી બની લપસી પડશે. (૩) નાગમલાની ઊંચના ક્વાથમાં જીરો મેળવી પીવાથી રોગ નિવૃત્ત થશે. (૪) બકાચન પાનના રસમાં જવખાર પીવાથી રોગ નિવારણ થશે. (૫) પાપાલ્લભેદના ઉકાળામાં શીંતાજીત અને મધ પીવાથી પથરીનો જુકા નીચે ઉતરશે (૬) પાલખ બાજીના રસમાં સુરોખાર પીવાથી ઝૂપી ગુચ્છ મલશે. (૭) એખરા (કોંબીલાક્ષ) ની જડ ઉકાળી ગરમ પીવાથી રેતી પથરી રૂકાવત તુટી પડી પીસાબનો માર્ગ સાફ કરશે. અનુભવ કરેલો છે. (૮) નેદ્રમ ફોસ નેદ્રમ સાફ અને કેલ્કેરીયા ફોસ ૩૦ પાવરનો લેવાથી પથરીનું પાણી થશે (૯) અરબેરીસ દવા હોમ્યાપાથ વાપરે છે. તે કામચાલ છે. (૧૦) ત્રિવિક્રમ રસની ગોલી આયુર્વેદના દુરભરોનો પાઠ છે. સફળ બનાવદ છે.

રોકાયલી પીસાબના ઉપાયો :

(૧) ઇસબગુલનો લુવાળ ખાંડ સાથે પીવાથી પીસાબ છુટે. (૨) ચીનીકમાલા સાથે સુરોખાર મેળવી પીવાથી છુટ થશે. અમેરીકાથી આવતી પેટ'ટ દવામાં ચીનીકમાલા છે. (૩) કાયકસના ક્વાથમાં જવખાર પીવાથી પીસાબનો અટકાવ ભાંગી પડશે. (૪) ખરબુચીની ઊંચ, કલીંગર, મકાઈની મુછ, વરીયાલી, લીંબુ-ખાંડ, કેસુડીના પુલ, કેઈબી એક દ્રવ્ય વાપરો, પીયાળ લાવશે. (૫) ગોખરના ઉકાળામાં ચંદન તેલ અને ખાંડ પીવાથી પીસાબમાં જતી રસી બંધ થશે. (૬) બીડાના સુપથી કે પાલખ બાજીના સુપથી પણ રસી ધોવાઈ જખમ રૂઝશે. (૭) કેસરના ઉકાળા સાથે મધ પીવાથી પીયાળ ધસારાબંધ ઉતરશે. (૮) સફેદ કોળાના રસમાં જવખાર અને ખાંડ પીવાથી પીસાબ ઉતરશે. (૯) કેસુડીના પુલ આથી પેટ પર ગરમ બાંધવાથી, ઉંદરની લીંદી પાણીમાં પીસી પેટ પર

લગાડવાથી, સુરોખાર પાણીમાં મેવની કુંટીપર ચોપડવાથી, કાચું દુધ સાથે પાણી ઉભારેલી ખીવાથી, ખીસાળમાં ક્યુર મુકવાથી કેથીતરની મદદ વીના ખીસાળનો માર્ગ ખુલશે. (૧૦) મોટા એકચાની ભુખી ખાંડ સાથે ખાવાથી ખીસાળની રૂકાવટ તુટી જશે.

**સ્વપ્નદોષ—વિચારવિકાર—ઉશ્કેરાટ—ધાતુ લાડક :**

(૧) પહેલાં મનને જીતો. વિચારને પવીત્ર કરો. નગર સાફ રાખો. હરડે લઈ પેટ હલકું રાખો. દોઢી બીડા તુકમરીયાં ખાંધુય દુધ દહીં દરાખ માખણ કોઇમાં એક ચીજ જમો. સાંજે કસગત કે ખેડક લેવાથી ઝડપી રૂકાવટ થશે. (૨) અશ્વગંધાં સુર્વ વાપરો સ્વર્ણિટ ત્રિરેચન ત્રિનોપલાદિ ગોદંતી ભરમ ચના કે આમલાનો રસ લાડકેલી ધાતુની મળાનર બંધ કરી દેજો.

**બહુમન**

(૧) લોધર જાત કે મુઠાના પુલ ઉકાળો પીવો. (૨) દુધ-સી ગોઠાની રાખડી પીવો. (૩) નિર્મલાનો ઉકાળો પીવો. (૪) કેલામા મરી અથવા નળદળ ખાજો. (૫) બાવલના પાન કે ગુદર પાવો. (૬) મધ સાથે પાકેલાં એલકુટ ખાજો. (૭) મધ સાથે આમલા ભુખી ચાટો. (૮) દુધ વગરની કોણી પીવો. (૯) દહીં સાથે નળદળ ખાવો. (૧૦) જાંબુલ ઠંડીયાની ભુખી મરી સાથે શકો. (૧૦) એકેક કાચું ધંકું પીવો. (૧૧) રાત્રે હરડે ખાવી. સવાર મધ-પીપર ચાટો. (૧૨) દાઝમ જમરખ કે સફરચંદ ખાવા. (૧૩) કાના ખલુલું પાણી પીવું. (૧૪) ખસખસ પોપતીચહે પીવી. (૧૫) ખારેક કે અખરોડ ખાવી.

**ગોનોરીયા—સૂઝાક—અમેહ :**

(૧) આમલાના રસમાં હળદ અને મધ પીવાથી મોટી પીચકારી લીધા વગર અમેહ (ગોનો) સારો થયો. (૨) ગોરખમુંડીનું સુર્વ ખાંડ નથાડાયાં દુધ સાથે લેવાથી ખીસાળના દરદો દુર થાય. કાચા દુધ સાથે ત્રિફળા સુર્વ લો. (૩) ખાખરાના પુવ (કેસડી કે પનાસ)નો કવાચ પીવાથી ખીસાળના

રોગોમાંથી મુક્તિ મળે. (૪) સૌથી ઉત્તમ ઉપાય વ્રહ્મચર્ય. (૫) વરીયાતીના ઉશ્કારો ખાડ સાથે પીવો. (૬) છાસ સાથે ચીનીકમાવા પીવો. (૭) મધ સાથે નિરમલી ખીજ વાટી એક તોલો ચાટી ઉપર છાસ પીવાથી ૨૦ પ્રકારના પ્રમેહ નાબૂદ થશે. આ પ્રયોગથી હાયાખીંગીસ પણ મટશે એટલે તેન સાથે નીરમલ પીવો બીજના પાણી સાથે નિરમલી ચુર્ણ ખાડ સાથે કાકો. તથા કાયા દુધ સાથે પીવો. (૮) કોષ્ઠખી દવાનું કામ નથી ફક્ત પાણીમાં લીધું પીવાથી, મુળાનો રસ ઘી સાથે પીવાથી કે મધ સાથે ઘેરમાં પડેલી હરડે આગળવાથી પ્રમેહમાંથી મુક્તિ મળશે. (૯) હળદ સાથે દાર હળદર ઉકાળી પીવાથી પ્રમેહ નાશ પામે (૧૦) પથરીના પ્રયોગથી પ્રમેહ સારો થાય, (૧૧) ગોનો કેપ્સુલ અકર્ષીર છે. કરોડી કરેલી છે. ચંદ્રપ્રભા, તથાલીનાશન અકર્ષીર છે. (૧૨) ગોનો-પીસ, એટલે તેન-ખાડ, ઇસમગુન, તુકમરીયાં, પ્રમેહ-નાશક છે.

કેઠ

(૧) કોપરેક્ષમા નવસાર લગાડો. (૨) લીમડો-ઉપવસરીનો ભુકો ૨૧ દીન દલદ ગોળની ગોળી સાથે ખાવાથી તમામ આમડીના દરદો દૂર થાય. (૩) આવચી લાગરાની ભુકી મરમ પાણીમાં ૨૧ દીન પીવો (નીમક માછરી મુળા દુધ બધ કરો) (૪) હ્દી સાથે નવસાર આવચી પીસી લગાડો. (૫) વિન્ય સારનો કવાચ પીવો. માવકાકણી ખીજ પીસી લગાડો. (૬) અધેક્ષના ખાર સાથે મૂળાના ખીજ વાટી લગાડો. (૭) મોરશીખાના પુલો ખાવાં. (૮) સોનામખી સાથે લીમડાના પાન વાટી ખાવા. (૯) નગોડ પાનનો રસ લગાડવાથી તેમજ સરખ ખાનો રસ લગાડવાથી આમડીના તમામ દરદો મટે (૧૦) ફટકીતુ પાણી લગાડો (૧૧) આદુના રસમાં આવચી લગાડો (૧૨) ચિત્રકની જડ લગાડી, ફેફસા ઉઠવે બધ કરી ઘી લગાડો. (૧૩) પાણીમાં જળપ્રલ ઘસી લગાડો. (૧૪) મધમાં નવસાર નવસાર લીમડાના પાન ચાવો (૧૫) કડવી કવચુ તેવ, ગારચી તેવ,

માલકાંકણીનું તેલ મેળની લગાડો. (૧૬) કપૂર ચંદન તેલમાં લીમડીનો રસ લગાડો. (૧૭) અમૃતધારા લગાડો. (કપૂર અજમાના ધ્રુવ પેપરની ટપુચ રોજ રાતે હરડે કે ત્રિફલા ચુર્ણ કાઢો. (૧૮) બાવચી કાઢા તથા ૧૨ મહીના ખાવો. બાવચીનું તેલ લગાડો.

### નાસુર લગાદર :

- (૧) નાગકેસર માખણ ખાંડમાં ચાટો ઘીમાં નાગકેસર હલદ લગાડો.
- (૨) સરકામાં હિંગ પીસી ગરમ લગાડવાથી નાસુર દૂર થશે. (૩) હલદના ઉકાળા વડે ઘેવાથી જખમ વહેલો પુરાશે. (૪) મધ સાથે સરખંખાની ભુઝી લગાડવાથી ગુમડાની પીડા કમી આવે. (૫) ગોખર (છાણ) માં મીંદુલ પીસી લગાડવાથી માર લાગેલી ચોંટ દૂર થશે. (૬) ગરમ પાણીમાં મેંદીના ધ્રુલ લગાડવાથી ચોટવાલી જકક દૂર થશે. (૭) લળવંતીના મૂળ પીસી લેપ કરવાથી નાસુર દૂર થશે. (૮) માલકાંકણી તેલ લગાડવાથી નાસુર પુરાઈ જશે. (૯) દડમ તથા મસુરની છાંય પીસી લેપ કરવાથી લાગેલા મારની અસર દૂર થશે. (૧૦) મહુડાં અને મજુક પીસી લેપ કરવાથી લાગેલાં હાડકાં જોડાશે. (૧૧) ખેરની છાંય તથા લીમડાના પાનથી ઘા પુરાઈ જશે. વિજય સાર તુટેલા હાડકાં સાધશે. (૧૨) ઉંબરાના પાન પીસી બાંધવાથી હાડકાં જોડાશે. લોહી બંધ થશે. (૧૩) ત્રિફલાના છુકો સાથે કુતરાના (કે બીલાડીના) હાડકાંના છુકો ઘીમાં લગાડવાથી અસાધ્ય બંગદર મટે. (૧૪) નલ હરડે લીમડો લોધર ગૌમુતરમાં લગાડો. (૧૫) ચોપચીની ઘી ખાંડમાં ખાવી જોરાક ઘી ખાડ ઘઉંની રોટલી ૧૪ દીનનો પ્રયોગ. (૧૬) ત્રિફલા લીમડો અનંતમુળ ઉકાળી પીવો. (૧૭) દારૂ હળદરનો ક્વાથ પીજો. (૧૮) મધ સાથે હરસિંગારના પાનનો રસ અરધો તોલો પીવાથી જીર્ણીભવ દૂર આવે. (૧૯) હરસિંગારની જડનો ક્વાથ મધ સાથે પીવાથી એલેરીયા ઉતરશે. (૨૦) સાટોડીની જડ ગરમ પાણીમાં પીવાથી તાવ ઉતરે. (૨૧) સહદેવીની જડ માથે બાંધવાથી કે દોઢ તોલો એજ જડ ઉકાળી,

પીવાથી તાવનું જોર ઘટે. (૨૨) નગોડના પાન સાથે મરી ચાવી જવાથી રામબાણ અસર થશે. (૩૧. લક્ષ્મીપતી) (૨૩) નગોડપાનનો રસ નાકમાં ટપકાવવાથી ચોથીઓ તાવ જાય. (૨૪) પીપર નગોડનો ઉકાળો પીવાથી તાવ સાથની ખાંસી સુપ થાય. (૨૫) રવીવારે પીણુગની જડ ઉખેડી લાવી કાનમાં બાધવાથી રાતે તાવ હેરાન કરતો નથી. (૨૬) મરી સાથે નાગરોથનો ઉકાળો પીવાથી જીર્ણોત્તરમાંથી છુટકાગે મલે. (૨૭) રવીવારે ઉખેડેલી નીલની જડ કાને બાધવાથી તાવમાંથી મુક્ત થવાશે. (૨૮) પાનમાં કપુર ખાવાથી ઘુરત તાવ ઉતરે. (૨૯) પાનમાં મરી નવસાર ખાવાથી તાવ ઉતરે. (૩૦) ફટકી સાથે ચોથે લાગે સુરોખાર મેળવી આદુના રસમાં ચાટવાથી તાવ દૂર થાય (૩૧) પીતપાપડના ક્વાથ કે પરવય પાનને કુપ પીવાથી તાવ ઉઠાંચી કરી જશે. (૩૨) ધાના સાથે પીતપાપડનો ક્વાથ પીવાથી ધીમે તાવ ઉતરે. (૩૩) ગોળ પીપરની ગોળા જીર્ણોત્તર ઉતારે. (૩૪) બાવચી કરીયાતુ પીએ. (૩૫) બહેડાનો ક્વાથ પીવાથી પિત્તનો તાવ ઉતરે. (૩૬) કરીયાતુના અરક સાથે ગંધખીરામ ભુકી ખાવાથી તાવ ઉતરે.

**તાવ :**

અ (૧) દોષીની જડ કાનમાં બાધવાથી તાવ ઉતરે (૨) મધમાં અતિવિપની ભુકી ચાટો. (૩) પાનમાં ધતુરાન બી ૪ રતી ચાવો. (૪) નસોતરની ભુકી મધમાં ચાટો. (૨૨) દેવદારની જડ ઉખેડી દાંબે દાંબે પૂર્યની કાંડીએ બાધવાથી રાતે આવતો તાવ ઉતરે

(૧) અગધીયાના પાન કે પુલનો રસ નાકમાં નાંખો. (૨) અરણીના પાન ના તોલો મરી નંગ ૨૧ સાથે ખાવા. (૩) અતિવિષ્ટીની ભુકી ના તોલો અથવા લીમડના પાન એક તોલો ખાવાથી પેટની ગરમી ઘુરત થાત થાય. (૪) આંકડાની જડ બે રતી પાનમાં ખાવી. (૫) આંકડાની જડ સાથે મરી ઘુટી ગોળા ખાવી (૬) કરંજ મરીની ગોળા ખાવી. (૭) કપાસના બીનો

ઉકાળો પીવો. (૮) પીપર-કાયકળ મધમાં પાવડીઆર ચાટો. તાવ તથા કંક મટે. (૯) લીમડાની છાત્ર-ફટકી-જેડીમધનો ઉકાળો પીવાથી શ્વેતજ્વર મટે. (૧૦) વરીયાલીની જડ ગળે બાંધો. (૧૧) સુંઠ વરીયાલીનો કવાથ પીવો. (૧૨) પૂખ્ય નક્ષત્રમાં વરીયાલીની જડ લાવી હાથે બાંધો. (૧૩) ખસની જડ ઉકાળી બાફ લેજો. (૧૪) પીપર-ગોનો કવાથ પીવાથી બારીક તાવ ઉતરે. (૧૫) મરી સાથે દ્રોણપૂષ્પીના પાનનો રસ એક તોલો પીવો. (૧૬) મરી સાથે ગોરખમુંદીની ભુકી, ફાકો. (૧૭) હીંગ-સીંધવ-લી મેળવી નાકમાં ટપકાવવાથી તાવ ઉતરે. (૧૮) ચાંપાની છામ ઉકાળી મધ સાથે પીવાથી તાવતું-જોર તુટે. (૧૯) કરીયાતુ-રતે ભીંજી ચોળા સવારે તેતું હીમ પીજો. (૨૦) સાતવીનની છાત્ર એક તોલો ઉકાળી પીવો. (૨૧) તગરની છાત્રનો કવાથ પીજો. (૨૨) શ્વેત-ગોળ ખાવાથી મેલેરીયા તાવ ચોક્કસ ઉતરે. (૨૩) તુલસી મરીનો કવાથ પીજો. (૨૪) તુલસીની જડ ઉકાળી પીજો. (૨૫) અરધો તોલો ત્રાયમન ઉકાળી પીજો. (૨૬) મધ સાથે દારૂ દળદરની ભુકી ચાટો.

**અતિસાર કેમ અટકાવશે ?**

એક તોલો સુંઠ-ધાના ઉકાળી આઠમે લાગ રાખી પીવાથી તાવ અતિસાર શુભ ખસી ચોક્કસ મટે. (૧) લીમાં સેકેલી કમરદાકરી ખાવી (૨) જમરખના પાન ખાવાથી અથવા ઉકાળી પીવાથી. પુરાણી પીડા મટે. (૩) મધમાં અતિવિષ ચાટો. (૪) દાકમ છાત્રનો કવાથ મધ સાથે પીજો. (૫) પાણી સાથે અશોકના પુલ વાડી પીવાથી લોહીનો ઝાડો બંધ થાય. (૬) દંસબગુલ કે તુલસીની પાંડ સાથે પીવાથી મટે. (૭) પુદોનો નીમક મરીની દુધ વગરની ચાહે પીજો. (૮) બેલના પાન સાથે સુંઠ ઉકાળી પીવાથી રામબાળુ અસર બતાવશે. (૯) ધનદરજ્ય અથવા જમફળ સેકી છુંદી ફાકવાથી અચૂક પ્રભાવ દેખાડશે. (૧૦) સફેદ

કાથો પાણીમાં મેળી પીસાથી ઝાડનો પ્રવાહ ચોક્કસ રોકાઈ જશે. (૧૧)  
 ગાળ સાથે ખેડના ખીજ ચાટો. અથવા ઠંડા પાણી સાથે પાવલીભાર  
 ઉંખરતું દુધ (ચીક) પીજો. જનને ઉપાયોથી અતિસાર લોકીનો ઝાડો તથા  
 રક્તરત્નાવ અંધ પડશે. (૧૨) ચંદન-ખાંડ સાથે ચોખાનું ધુવન પીવો.  
 (૧૩) દોધીના પાનની ભુકી અરધો તોલો ફાકો. (૧૪) દહી સાથે  
 શંખજીરું ખાઈ લેજો. (૧૫) ખ.ખસના પાનનો રસ એક તોલો ગઢાવી  
 જળો. (૧૬) નાલીસપત્રની ભુકી ફાકવાથી અતિસાર શાંત થશે. (૧૭)  
 ઘીમાં મેઢેલી વરીયલી ખાંડ સાથે ફાકો. (૧૮) તલ ખાંડ ફાકવાથી રક્ત  
 અતિસાર અંધ પડે. (૧૯) તળની ભુકી પાવલી ભાર ફાકવાથી અતિસાર નિરત  
 થશે. (૨૦) ધાના ખાંડ ફાકવાથી તુરત ફાયદો થશે. (૨૧) ધાવડીના પુલ દહી સાથે  
 ખાવાથી રોગ જલ્દી મુજબી દુર થશે. (૨૨) ગરમોથનો ઉકાળો અકસીર છે.  
 (૨૩) સંત્રાનો રસ પીવાથી પિત્તનો ઝાડો તુરંત રોકાશે. (૨૪) નાસપત્રી સફરચંદ  
 કે કેળું ખાવાથી ગુણુ જણાશે. (૨૫) પરવવના રસમાં પીસેલી હલદ પીવો.  
 (૨૬) મધ સાથે દુદનો પીસી ચાટો. (૨૭) બાવળ ગુંદર (કીકર) ની ભુકી  
 ફાકવાથી ચમત્કારી અસર જણાશે. (૨૮) મધ સાથે લવીંગ તથા બહેડાની  
 છાલી પીસી ચાટો. (૨૯) ઇસબગુલમાં મોગલાઈ બેઠાના જોડેલા ગુણુ છે.  
 (૩૦) વરીયાલીનો ઉકાળો મટાવો. (૩૧) ઘીમાં પકાવેલા ભીંડા ખાવાથી  
 અતિસારનું તોફાન ચોક્કસ શાંત થશે. (૩૨) માખણ ખાંડ ચાટવાથી  
 શાંત થશે. (૩૩) મેથીના ભાજુ કે ભુકા ખાવાથી મટે. (૩૪) ખાંડ  
 લીંબુનું સરખત પીવાથી મટે. (૩૫) સાતમ દુધની ખીર ખાવાથી રોકાય.  
 (૩૬) સાણ્ણનાની ખીર ખાજો. (૩૭) સત્રાવલી ગુણુથી મટે. ચિત્રકાદિગુટી  
 રામખાણુ છે. (૩૮) દાડમનો રસ કે જાવ અકસીર છે. (૩૯) હાસ  
 આમલી દરડે મુસલી લોધર ચરખા મરી કેળાં જાયફળ ખજુર અંગુર  
 કે કાળુ સર્વે ઝાડો મટાડે

ખાંસીના ઇલાજો :



ખાંસીમાં બેંચેરીગણી અને દમમાં ભારંગીના મૂળ રામખાણ છે. (૧) પાનમાં અજબો ચારોની ખાળો. (૨) અકકલકરાનો ક્વાથ પીળો. (૩) સુકાં અંછર આવો. (૩) મધ સાથે આદુ તુલસી અરકુસી રસ પીવાથી છતીના તમામ દરદો મટે. (૫) મધ સાથે અતિવિષ ભુકી ચાટો. (૬) આદુ-મધ ચાટો. (૭) આમલા રસ કે ભુકી સાથે મધ ચાટો. (૭) હળદ આવવાથી ખાંસીચૂપ થાય. (૮) જવાસો, અરકુસાના પાન, હલદ, સરપખાના મૂળ કે ધતુરાના પંચાગનો ધુપ લેવાથી કફરાગમાંથી મુક્તિ મલે. (૯) મધમાં કાયફલ ચાટો (૧૦) છતીપર કાષ્ઠના તેલમાં કપૂર મેલવી લગાડો. (૧૧) રોકેથી કુલથીની ભુકી મધમાં ચાટો. (૧૨) ઘોડાવજનો દુકડો કે ચતોથીના પાન આવો. સેકેલાં લવંગ ચૂસો. (૧૩) પાનમાં કોડીની જરમ ખાળો. બહેડાંની છાલ ચુસો. (૧૪) ગરમ પાણી સાથે પીપર-ગોળની ગોલી લેજો. (૧૨) બીજવેવી મેથીના દાણા સવારે પીળો. (૧૭) કરીયાતુનો ઉગળો અકસીર છે. (૧૪) ખારેક-સનાવલી કાકી ગરમ પાણી પીળો. (૧૫) કસીંગર ખાવો. (૧૬) ગરમ પાણી સાથે તુલસીપત્રની કાકી લેજો. (૧૭) કાદો તુલસી મધ આદુનો અવાહી પીળો. (૧૮) મધ સાથે નાગદમણીનો ક્વાથ પીળો. (૧૯) મધ સાથે મોરશીખાની જઠ ચાટો. (૨૦) ટંકન મરી મધ ચાટો. (૨૧) બ્રાહ્મી પાન આવો. (૨૨) ગોગ સાથે સરસુ તેલ ખાળો. (૨૩) ઘી ખાંડમાં લસન પીસી ખાળો. (૨૮) પાનમાં વરીલાલી ખાળો. (૨૯) ગાય કુધમાં હળદ કે સુંદ પીળો. (૩૦) પુત્ર જીવાનો મગજ ખાળો. (૩૧) મરી, જેઠીમધ, મધ ચાટો. (૩૨) ખાવલની છાલ ઉકાળી જેઠીમધનો શીરો મધ નાંખી પીવાથી પુરાણી ખાંસી દૂર થાય.

**આહુતીના ખાત્રીના ઇલાજો :**

(૧) ફક્ત આમલાનો તાળો રસ પીયા કરો. (૨) મલાઈ સાથે જેઠીમધ જીવંતી પુષ્કરમુળની ભુકી ખાળો. (૩) જેઠીમધ રક્તચંદન કુધ સાથે પીવાથી લોહીની ઉવટી બધ થશે. (૪) મધ સાથે લાખતી

ભુકી ચાટો (૫) નાગજપાની ભુકી મધમાં ચાટી ઉપર માખણ ચાટો. (૬) ખાવલનો ગુંદર ઘી ખાંડ સાથે ચાટો. (૭) સોનાનો વગ્ગ મધમાં ચાટી ઉપર ઘી પીળો. (૮) બદામ નંગ ગ્રજ માખણ સાથે પીમી ખાળો. (૯) સિતોપલાદી ચુર્ચ મોનીની છીપની પીપી, માખણ સાથે ચાટો. (૧૦) માખણ સાથે નાગકેસરના ફુલ ચાટો. (૧૧) સાટોડી ચુર્ચ ગરમ દુધમાં લેળો (૧૨) ચુર્ચ વસંત માલકી મધ પીપરમાં ચાટો. (૧૩) લીમડાની ગળો ઉઘાળી પીળો. (૧૪) ગાજરનો સુપ, કરચલાનો સુપ વાસાચવલેહ, અરકુસીનો રસ મધ, દોધી, ઓસ્ટ્રોલીયન ચના, કાલો ખજુર, માખણ, દરાખનું પાણી, શીતાદ્રવ, સાલમની ખીર, ખારેક-દુધની પોરીંગ આટલાં દ્રવ્યો માસવધક છે. (૧૫) સરકો જરફ ખાંડ ફેંસાને ખરાબ કરે. સ્વદર્ભેદ—અવાજ બેસે.

(૧) બ્રાહ્મીના પાન ચાવો. બ્રાહ્મીસીરપ પીળો. (૨) બ્રાહ્મીઘી ઉપયોગી જણાયો. (૩) મેખરસાપનમાં વજ-સંખાવતી બ્રાહ્મી છે. અકશીર કામ આપશે. (૪) બહેડાંના ઝાલ કુલીનન જેડીમધ કે ઘેણાવજ ચુમે. (૫) ચનોડીના પાન ચાવો. (૬) સરકો મધ પાણીના કોગળા કરે. (૭) દુધ વગરની ગરમ ચાહેમાં મધ લીંબુ પીળો. (૮) “દુધ સાકરને એકચી વરીયાલી ને ફાલે, જે ગાવાનો ખપ પડે તો પાંચે વસ્તુ રાખ.” (૯) વરીયાલી સાથે અનેનાસ ખવાથી ગળુ ખુલે. (૧૦) બીજવેલી દરાખનું પાણી સવારે લીંબુના ટીપાં સાથે પીળો. (૧૧) અંછર ચાવવાથી અવાજની છુલંદી વધે. (૧૨) માખણ-ખાંડ ચાટવાથી વરીયાલી ખાંડ શકવાથી કે હગ્ડેનો શકો ચારવાથી ખોખરો અવાજ ખુલી જાય. (૧૩) જોલગી ધાના તજ શકવાથી અવાજ ખુલે, પાચન સુધરે. (૧૪) સિતોપલાદિ ચુર્ચ મધમાં ચાટો. પાનમાં વરીયાલી ચોરોલી ખાવો.

શ્વાસનાગ કેમ છતરો?

(૧) ખહીમાં નાગજપા અને શ્વાસમાં પૂઝરમુળ વાપરો. (૨) ઇસચુર.

અરથો તોયો રોગ ખાવાથી દમ તથા શ્વાસરોગ મટે. (૩) મધ સાથે કાપક-કાકાસીંગની જુકી ચાટો. (૪) કમુંદરીનો ઉકાળો પીજો. (૫) અરુસી, સરપખાના મુળ ધતુરો, હળદ ગંખાવથી જવાસોડે ફેરી નાસુકા પાનનો ધુમાડો ફંદાયલો શ્વ.સમાર્ગ ખોલી નાંખો. (૬) રાઈના તેલમાં ગોળ પીજો. (૭) પાનમાં ખારેક સુંઠ ખાવો. (૮) જમાલગોલાના બી રોકા પાનમાં મુકી ચાવી જવ. (૯) પાનમાં જાવંત્રી ખાવ. કાપકનો દવાથ પીવો. (૧૦) લીંબુના રસમાં પીપર ધુંટી ગોલી બનાવી ૨૧ દીન અઢેઢ ખાવી. (૧૧) હળદ તાલીસપત્રનો બેંગો ધુમાડો લેજો. (૧૨) કાલા ખજૂરનું પાણી સવારે પીજો. (૧૩) પાવલીભાર લીંબોડી તેલ ખાઈ ઉપર પાન ખાઈ લેજો. (૧૪) ખાંડ સાથે પુલાવેની ફટકી ફાંકો (૧૫) ત્રિફલાં ચુર્ણ છુદેલી પીપર સાથે મેળવી ફાકી ઉપર ગરમ પાણી પીજો. (૧૬) બે આનીભાર લીમાં મેકેલી ઘોઘવજની જુકી ફાંકો. (૧૭) આદુના રસમાં સુંઠ, નારંગીની મુકી જાલની જુકી પાવલીભાર લેવી. (૧૮) એલચી સાથે માલકાંકણી જુકી પાવલીભાર લેવી. (૧૯) મરી મધ ખાંડ ચાટો. હળદ સુંઠ ફાકી ઉપર ગરમ પાણી પીવો. (૨૦) નગોડના બી વાટી ગરમ પાણી સથે પીજો. (૨૧) મુળાનો ઉકાળો પીવો. મધ સાથે અનિવિષ પૂકર મુળ ચાટો. (૨૨) આંકડાના પાનમાં પીપર ધુંટી ચાવો.

**મંદાગ્નિ :**

સુંઠ પાનાનો ઉકાળો પીવો. (૧) અજમો પપાઈ ખાજો. પાઈનિપલ ખાજો. (૨) આદુ લીંબુ સિંધવતું પ્રવાહી પીવો. (૩) આદુ કે મુળા ચાવો. રાઈ માખણ ચાટો. (૪) સુંઠ પુદના કે મરીની ચઢા દુધ વગર પીજો. (૫) હિંગાષ્ટક ચુર્ણ લેજો. (૬) તુલસીના રસમાં સુંઠ ખાવી. (૭) આમલી છર્ અને લસણની ચટણી ખાજો. (૮) પસ્તાના કાટલાંની જુકી ખાવાથી અજરણ મટે. (૯) હિંગાષ્ટકમાં ઘોઘવજ હરડે ચિતકના મુળ પીસી ખાવાથી હરનીયા બરળ કસેજરોગ ટપુમર જલંદર થળ વાયુગોળો ગેસ દૂર થાય. (૧૦) પીપર ઘોળના ગોળા જળવાન અસર બેતાવશે. (૧૧)

લીંબુના રસમાં ચંપ લરમ ચાટો. (૧૨) અગ્નિ સંચળ પીપર કરડે  
મેળવી પીવાથી 'હાઝીમ' નામની પેટ'ટે દવા તૈયાર થયે. (૧૩) ગરમ  
દુધમાં મરી પીવાથી જઝંદર મટે. (૧૪) માખણમાં શુદ્ધ ગંધક ચાટો. (૧૫)  
અલસીની કાલી ચાદેમાં મધ અગ્નિ પીળે. (૧૬) ગરમ જંજીર કે મેથીને  
શુકા ખાંસી ખંધ કરશે.

**કોલરનો કહુર કાપનારા ઉપાયો :**

(૧) કપૂરનો અર્ક અકીર છે. (૨) કુદનો કાંદો લીંબુનો પ્રવાહી પીળે.  
(૩) યુક્તીપતસનાં ત્રણ ટીપાં પીવો. (૪) મરચાનો ઉકાળો પીવો. (૫)  
તાંબાના સીકકા કુંદીપર ખાંધો. (૬) અહીંનાસવ રામખાણુ છે ખસખસ  
પેાપનો ઉકાળો પીવાથી અશીષુનું કાગ આપશે. (૭) આદુના રસમાં  
આકાંતની જડ ખાવી. (૮) ઠંડા પાણીમાં જલદી ધસી ચાટો. (૯) સેકલી  
જવંતી ખાવી.

**હુરસના ઉપાયો :**

(૧) ઇનદરજવનો ઉકાળો કે શુકી મધમાં ચાટવાથી બંને પ્રકારના  
ખાવારીર મટે. (૨) યુલાની રોટલી સાથે મુરણ પકાવી ખાવાથી બંને  
પાણીને બદલે જસ પીવાથી મટે. (૩) તલ માખણ ખાંડ ચાટી જવ.  
(૪) ઉચરાની દસની શુકી ખાંડ સાથે ખાવી. (૫) દહી સાથે ડુંગરખ મુંડી  
ખાવી. (૬) કાયફલ શુકી માખણમાં લગાડો. (૭) હરડે-ગ્રાળ ખાવાથી  
મટે. (૮) કડવા મુરિયાના બી પીસી લગાડવાથી જડમુલથી રોગ જાય  
(૯) સતાવલી ચુણું ખાવો અને લગાડો. (૧૦) તાજા દુધમાં લીંબુના ટીપાં  
પીવાથી શાંતી થશે. ધાના ખાંડની ફાકી મારો. (૧૧) નાસપની ખાવાથી  
મટે. (૧૨) માખણ ખાંડ સાથે નાચકસર શુકી ચાટો. (૧૩) વરીયાલી  
ખાંડનો ફાકો મારો. (૧૪) માલકાંડણી બી પીસી લગાડો. (૧૫) મુલાના  
પાનનો રસ ખાંડ ઘી સાથે સવારે પીળે. (૧૬) દુધમાં મેથી પીવો. જાળ  
મેથીના લાડુ ખાળે. આકાંતના પાનમાં ઇપીકાનો ગુણુ છે. (૧૭) ગુલાબના

કુલ ખાંડ સાથે ત્રિશૂલાં ચુર્ણ ખાંડો. (૧૮) નલવણી ખીજ ખાંડ સાથે શેકો. (૧૯) ચિનમુરના ખીજ કે હર સિંગારના ખીજ ખાંડ સાથે શેકો. (૨૦) ધનદ્રામણા મુળ ઘસી લગાડો.

ગાંડપણુ :

(૧) સવારે મીઠાં જમરૂખ ખાવાથી પિત્તનો ગાંડપણુ મટે. (૨) ખાહમી શાખાવલી મધમાં ચાટો (૩) રાતે બીજવેલા ચણાનું પાણી ખાંડ સાથે સવારે પીજો. (૪) માથે લીંબુનો રસ લગાડો. (૫) દહીં સાથે ધોણવજ સવારે ખાંડો. (૬) સવારે દહીં-ખાંડ ખાવાથી, માથે ઠંડુ પાણી રેડવાથી નીમક મંસાલો બંધ રાખવાથી, બહમી ઘી ચટવાથી મટે.

રેમટીઝમ :

(૧-૨) બાફેલા અંજીરનો કે ગાજરનો સેક લેવાથી ગાઉટ સીંધીવા સોજો મટે. (૩) સુંઠ આસંધ ચોપચીની રાતે ગરમ દુધ સાથે પીવાથી લકવો મટે. સુંઠ અઢત્તો ઉકાળો પીવો, સુંઠના ઉકાળામાં એરંડ્યું પીવાથી સાપાટીકા મટશે. સુંઠ અને માલકાંકણીના ખીજ વાટી ગોળ સાથે ખાવાથી તમામ વાયુરોગો મટે. (૪) રાહના તેલમાં આકાના પાન ઉકાળી લગાડવાથી લકવો મટે. (૫) સુંઠ ગોખડનો ઉકાળો પીવાથી કમરપિડા ચાંત ચશે. (૬) લવંગ તથા ગોરખમુંદીનો ક્વાચ પીવાથી તથા જાયફલ તેલ લગાડવાથી સંધીવા તરત દૂર થશે. (૭) તુલસી મરી ઘી ચાટો. સુંઠ પીપર અને તેલ મસલો. (૮) મધમાં સુંઠ તજ ચાટો. માલકાંકણીના તેલમાં એરંડ્યું કપૂર મેલવી લગાડો.

ઉલટી ઉબકાનો ઉકાળો :

(૧) કપુરકાચલી છુટ્ટી મધમાં ચટાડો. રામખાણુ ઉપાય છે. (૨) એલચીની છાલ કે લીંબુની છાલ સુકવી સળગાવી લસમ બનાવી મધમાં ચાટો. (૩) મરમ પાણીમાં ઉમરોની છાલ શેકો. (૪) મધ સાથે કમરકાકરી ચાટો. (૫) ચંદનનું સરજત પીજો. ખાંડ સાથે ચંદન તેલના ટીપાં લેજો. (૬) ઠંડા દુધ સાથે ચુનાનું પાણી પીજો. (૭) તજ લવંગનો ઉકાળો

પીળે. (૮) મધમાં તજની ભુકી ચટો. (૯) ચોખાના ધુવનમાં ખાંડ ધાના પીળે આ પ્રયોગથી ગર્ભવંતી ઊંડી રોકાશે (૧૦) નાગરમેથની ભુકી ખાળે. (૧૧) મધ સાથે સંત્રાનો રસ પીળે (૧૨) શુદ્ધ ઝેરકાચલાની ભુકી મરી સાથે ચપટી પર લેવાથી મટે (૧૩) બરફ ચુમે અથવા લવંગ તેલનાં દીપાં ખાંડમાં ખાળે.

**ચક્રકર હિસ્તીરીયા—મુઠા :**

(૧) ઘીમાં બનેલુ દેધાનું શાક જામે. (૨) માયના ઘીમાં કેસર ઘુંટી નાકમાં ટપકાવે. દિગાષ્ટક ચુર્ણ લેજો. (૩) બાગેચો કાદો મુંગાડો. (એમોન્યા છે) (૪) માનકાંણી તેલમાં ઠસુરી ચાટો (૫) અરીકાનું પાણી નાકમાં ટપકાવે. (૬) ઇન્દ્રાણીની ભુકી મુઠે. (૭) દુધ પાણી લશન ઉકાળી રોજ સપ રે પીળે. મહાયોગરાજ અદ્યશીર છે. (૮) દુધ ચોખાનું ભોજન જામે. જે વખત રોજ દુધ સાથે ઘોઝવજ ૦)જ બાર લેજો. (૯) ખાખરાની જઠ ધસી નાકમાં નાખો. (૧૦) મધ સાથે કમવકાંઠરી ચાટો. (૧૧) ઠસુરી જવની ગોલી આદુના રસમાં ચાટો. (૧૨) દુધમાં બદામનું તેલ એક ચમચી પીળે. (૧૩) અગથીયા પાનનો રસ નાકમાં નાખો. (૧૪) ભોયરીંગણી ફળનો રસ નાકમાં નાખો. (૧૫) --કાલીમૂર ૬xથી મટે (૧૬) ધગતેશીયા ૨૦૦ થી મટે. (૧૭) ઘોઝવજ સાથે અકકેવકરો ભુકી મધમાં ચાટવાથી અનેક રોગીઓ સારા થયા છે.

**સોજા :**

ચોખાના દુધવનમાં સાથે કાસનારની જઠ વાટી લગાડો. (૧) ઘી સાથે આમલાનો રસ પીવો. પુરાણો સોજો ઉતરશે. કાસનારની બીજનો કવાચ મુંઠ સાથે પીવાથી ટોનશીવ, ગાંઠ સોજો, કંઠમાળા મટે. (૩) સરકામાં કારેલાં પીસી ગરમ લગાડવાથી ગોષ્ટર સોજો કંઠમાળા મટે. (૪) ચોલાઇ બાજુની પોલ્ટીસ બાંધવાથી શુભઠાં પાકીને પુટે. સોજો ઉતરે. (૫) અંકાનની જઠ પીસી લગાડો. (૬) સરખંખાના ઉકાળા વડે લેવાથી જખમ શુભઠાં

સાથે થશે. (૭) દુધ સાથે તલ અને જેઠીમધ પીસી લગાડવાથી બીયામાનો સોજો ઉતરે (૮) ગરમ દુધ સાથે ત્રિફળાં ચુર્ણ લેવાથી પેટનો ઘેરાવો ધટશે હાથી ધગ :

આદમીનો ઉકળો પીવો અથવા હોમ્બો દવા હાથડોડોટાઇન ૩૦ વાપરો. (૧) વરધારો ધસી લગાડો. વરધારો ઉકળાને પીજો. સમુદ્ર રોપી લેવાનો ગુણ વરધારામાં છે. (૨) હરડે-પીપરની ફાડી રાતે લાંબો વખત લેવાથી મટે. (૩) ચોખાના ધુવનમાં આકમનું મૂળ વાટી ગરમ પીવો. (૪) વાકેરીના મુળ પીસી ગરમ પાણી સાથે લેજો (૫) નિત્યાનંદ ગોળા લેજો, -

ગૌમુતર સાથે એરંડામાં તળેલી હરડે ખાવી. (૧) છાપોતના રમ સાથે રાઇનું નેવ પીવાથી રોગમુક્ત થવાશે. (૨) છાસ સાથે વરધારો પીવાથી આરામ થશે. (૩) ગૌમુતરમાં રાઇનો લેપ કરો. (૪) ખારા પાણીનો બાફ લેજો. (૫) મજા જેઠીમધ રાસના ભેંસરીગણી સારોડી છાસમાં પીસી લેપ કરવાથી અસાધ્ય અને જીનો રોગ મટે.

ગોરા થવાના ઈલાજો :

(૧) દુધમાં મસુરની દાવ લગાડો (૨) દુધ સાથે હળદ લોધર ચંદન લગાડો. (૩) ઠંડા પાણીમાં કપૂર ચંદન મજા લગાડો. (૪) પાણી સાથે આમલા કે મુલતાની માટી લગાડો. (૫) ચંદન વાસો કપૂર આમલા દુધમાં લગાડો. (૬) એકલું ફહીનું પાણી કે છાસ લગાડો. (૭) એપસમનું પાણી લગાડો. (૮) આમલાનો રસ પીવો. (૯) દુધ સાથે જેઠીમધ પીવો અને લગાડો. (૧૦) મધ માખણ ધુટી લગાડો.

વજન કેમ વધારશો ?

(૧) ભેસનું દુધ પીવો. ખાંડ માખણ સાથે પીશો તો ઝડપથી વજન વધશે. સાલમ-દુધની ખીર ખાજો. ગોસ અથવા ઈંડા જમો. (૨) તરકારીમાં તેલ વધુ નાંખો. આમલાનો રસ ભોજન બાદ એકેક કપ ગટાવો. (૩) વિદારીકંદ

૬ વારાહીકંદ અથવા વાકેરીથી વગ્ન વધે.

હાદર :

(૧) વરીયાલી લીમડા પાન સોનામખી સરપખા મુળનો ઉકળો પીવે. કાંપરેલના પોતાં બાધો. (૨) ઉપલસરી (અનંતમુળ)નો ઉકળો સવારે પીયા કરો. (૩) દહીંમાં એલીયો લગાડો. સરકો લગાડો. તુલસીપાન પીસી લગાડો.

ચાંદી ઉપદેશ :

(૧) શરપખાનો ઉકળો પીજો. (૨) મધ સાથે ચોપચીની ભુકી ચાટો. (૩) હરડે-મધ લગાડો. (૪) શંખજી સોપારીની રાખ કાચે. એક્ચી અને રસકપૂર મેળવી જખમમાં ઘળો. (૫) ત્રિકુળાં કાચો લીમડો ઉકાળી પીવાથી રોગો દૂર થશે. (૭) મધ સાથે રસવંતી લગાડો. (૮) ભાંગરાનો રસ લગાડો. (૯) દહીં સાથે અરીકાંની ઝાલ પીસી ખાજો.

વધશવલ :

હળદ સાથે ઉંટનાં લીંડાનો લેપ કરો. (૧) ગૌમુતર એરંડીયુ હરડે સીધવ મેળવી પકાવી લેપ કરો. (૨) માપફલ સાથે આસધ વાટી લેપ કરો. (૩) ગંધખીરોળ લગાડો. (૪) દેવઘરનો ક્વાથ ગૌમુતર સાથે પીવે. ગરમ પાણીમાં જીરૂ મરી બારી તેનો લેપ કરો. (૫) માખણમાં મરી ચાટો. (૬) ગરમ દુધમાં એરંડીયુ પીજો. (૭) કપાસના ખીજ સાથે સુંઠ વાટી લેપ કરો. (૮) કઢવી નાઈનો ધસારો લગાડો. (૯) કઢવી નાઈનો ભુજો સવારે ગરમ પાણી સાથે ચોડાપીવો. ઉલટી ઝાડો ચાપ તો ગલરાવું નહીં. ૩ દીનસમાંજ કાયદો થશે. (૧૦) તંબાકુ પાન પર સીંધારસ લગાડી બાધો. (૧૧) બીલામાં બધિવાથી ખુબ અગન બળશે. પણ રોગ કાયમનો જશે. ૩ દીનમાંજ આરામ થશે. (૧૨) ઇન્દ્રામણ પીસી તેનો ઉકળો એરંડીયા સાથે પીવાથી આરામ થશે. (૧૩) નેદ્રમ સલક ૩૦ નેદ્રમ મુર ૩૦ રોહોડાનડોન રપેસીરીક છે.



## કંથમાળના કારગન ઉપાયો :

(૧) ગૌમુતરમાં શરપખા મુળ ઘસી ૭ દીન લગાડો. (૨) આમલાયંદન ગેર લગાડો. (૩) લાંગરતું મુળ લગાડો. (૪) ગરમ પાણીમાં ઝેરડીનું મુળ અને ત્રિકળાં લગાડો. (૫) નાઈકંદને ખસારો લગાડો. (૬) કેંકડા પાણીમાં અનંતમુળની જડ પીવી. (૭) લીમડાનું પંચાંગ ખ.વાથી મટે. (૮) લી સાથે વિષ્ણુકાંતા ખાવી. (૯) દુધ-પાણીમાં લસન ઉકાળી પીવો. લસનમાં અયોડીન છે (૧૦) લસન તથા સુરજમુખીના સેકથી આરામ થમે. (૧૧) કાચનારની છાંય ઉકાળી સુંક સાથે પીવી. (૧૨) લીમડા પાન સાથે કાચનારની છાંય વાટી લેપ કરો. કાચનાર ગુમળ પીવો. (૧૩) એલાઈ જાણના ગરમ રસમાં મુલતાની માટી લગાડો. (૧૪) અનેનાસ ખાવો. સંત્રાનો રસ પીવો. (૧૫) સરખવાના પાનનો ઉકાળો પીવો. (૧૬) સરખવાની જડ ઘસી લેપ કરો. (૧૭) ઉમરતું દુધ લગાડવાથી કંથમાળ તથા ટોનસીસ મટે.

પુરોપના તખીએ માને છે કે આપોડીન તથા કેલશીયમ પ્રુટવાથી કંકમાળા તથા ગોષ્ટર થાય, અને વાઈકેસ ખનાવટથી દૂર થવાનું જણાવે છે. ઘેર જેવી કે આમલા જેવી ગાંઠો બોચી કે ગળામાં જે થાય તે બળગમ વધવાથી થતી હોવાનું અનુમાન થયું છે. તીવ્રકચંદ્ર વેદ જણાવે છે કે એક પ્રકારનો એ લોહીનો વિઘ્નર છે. લોહી બગડ્યા વીના મઠી થતી નથી. કેટલીક ગાંઠો પાકીને પુટે છે તો વળી કેટલીક ગાંઠો સરીરમાં તંદુરસ્ત લોહી વધવાથી આપમેળે અલોપ થઈ જાય છે. કંઈ તિક્ષણ અને પીડાયુક્ત ગાંઠ વામુમાંથી જન્મેલી છે. રથીર ભારી હોય અને પીડાયુક્ત સોજે તે કંકમાંથી જન્મેલી છે. જે ગાંઠ નરમ સફેદ પીડા વગરની અને તુંબડી માફક લટકતી તે ચરબીની ગાંઠો સમજવી. એક વર્ષ પછીનો રોગ અસાધ્ય મનાય છે. તાવ ખાંસી ઉલટી પાંસલીનું શળ સાથના લક્ષણો હોય તે ગાંઠો પણ ‘અસાધ્ય’ની કક્ષામાં ગણાય છે. (૧) વાકેરીનું મુળ પીવાથી મટે. કાલીજીરી મરી લેપ કરો. આમલા ચંદન રતાંજલી ગુલામજલ લગાડો. સરસા તેલમાં કઢવી તુમડીનો રસ લગાડો. (૨) શુભે અરમાની લગાડો.

લીમડાના રસમાં વાળના ઘસી લગાડો. (૩) નગોળા મુળ ઘસી નાકમાં નાંખો. (૪) ચોક્કસ બાજીના ગરમ રસમાં મુલનાની માટી લગાડો. (૫) ગોમુતરમાં હરતાલ લગાડો. (૬) લોધર રતાજલી મરીકંથારતુ મુળ લગાડો. (૭) ચોખાના કુવનમાં ગરમાળા મુળ પીસી નાક તથા ગદામાં લગાડો. (૮) નાઇકંદનો ઘસારો લગાડો વૈરાઇ જશે. (૯) ધતુરાના પાન રસમાં ચુતો લગાડો. (૧૦) કાચખાનો ખરડો ઘસી લગાડો. (૧૧) મરી કળથીનો ઉકાળો પીવો. (૧૨) આકાના દુધમાં કાથો તથા રવચીનો શીરો લગાડો. (૧૩) સટોડીના રસમાં સીંદુર એલચી અને સાપની કાચી લગાડો. (૧૪) વરણાની મુળનો કવાચ મધ સાથે પીવો. (૧૫) ચોખાના ગરમ કુવનમાં કાચનારની ઊલ વાટી પીવી. (૧૬) ભાંમરનો રસ સરસ્માં તેલમાં ઉકાળી સીંદુર તથા કુવાડીયાના મુળ મેળવી લગાડો. (૧૭) ખેરસારનો ઉકાળો પીવો. (૧૮) અમરકંદ તથા વરણાની ઊલ રામખાશુ છે. (૧૯) ઢાકલીવર ઓઇલ સંત્રાના રસમાં પીવો. (૨૦) નગોલ વરીયાલીનો ખાદ આપો. (૨૧) ગોમુતરમાં શરપખાતું મુળ લગાડો હળદ સાથે. (૨૨) ભારંગીનું મુળ લગાડો. (૨૩) લીમડાનું પંચાગ ખાવાથી મટે. (૨૪) અનંતમુળ પીસી પાણીમાં ફાંકો. (૨૫) લી સાથે વિષ્ણુકાના ખાવી. (૨૬) દુધ-પાણીમાં કાપેલી લસન પીવી. એમાં આયોડીન છે. (૨૭) લસન તથા સુરજમુખી સેકથો મટે. (૨૮) ઉંખરાતું દુધ લગાડો. કાચનારની ઊલ સુક સાથે ઉકાળી પીવો. (૨૯) સરગવાના પાન ઉકાળી પીવો. સરગવા મુળ લગાડો. **ઓરાકની મનાઈ :** (૧) દુધ ગીદાઇ જડ ચીજો બંધ કરો. મેથીના દાણા મગ સંત્રાં, કલચી, અલસી ઘાસની જેલી અનેનાસ વેગલા, કારેલી, આદુ. લસન સેકટનો સુપ. હીતકારી છે. **ખાચોડેમીકલ દવા** (૧) કેલકર ફલે. ૧૨ અને કાલીમુર ૬ તથા નેટ્રમમુર ૩૦ લેવી.

## હોમ્યો દવા

(૧) આથોડમ & તથા કેલકેરીયા કાળ & ફ્યુક્સવેસીકુક્સ અને લાઇકોપ્સ ફળદાયી છે.

## કરમની દવા :

(૧) સફરામાં એરંડુ લગાડો. હિંગના પાણીનો એનીમા લેજો. (૨) ગાળ સાથે કપીલો ખાજો (૩) વાવડીંગ સાથે કાયકાનો મગજ ગરમ પાણી સાથે ખાજો. ૩ પુદનાની ચાહેમાં ખાખરાના બી પીસી પીજો. (૪) ગાજર લીલીલગદ, પપાઉ, અનેનાસ અખરોડ પેર સફરચંદ સીતાપ લીમડો અજમો લસન કોપરું મધ પુદનો કાદો-કોઇથી એકચીજ ખાવાથી કરમનો નાશ થાય. (૫) મધ સાથે ચાંપાના પાન ખાજો. (૬) કરીયાતુ વાવડીંગનો કવાથ પીજો. (૭) દહી સાથે ખાખરાના બી ખાજો. (૮) સફરામાં મધ સાથે ખાખરાના બીની છુટ્ટી લગાડો. પપાઉ, પુદનો સીસાળ અનેનાસમાં કરમ નાશકતા શુભ છે. (૯) વાવડીંગ સાથે નાલીસ પત્તનું ચુર્ણ ફોડો. (૧૦) પૂત્ર છવા કે તલવણીના બીજ ગરમ પાણી સાથે ફોડો. (૧૧) મધ સાથે ધતુરાના પાન ચાવો. (૧૨) સંત્રાની છાલના (કવીનાઇન અને કરમની દવા) ઉકાળામાં સેકેલી હીંગ પીવાથી મટે નાગદમણી પાન ઉકાળી પીવાથી મટે. (૧૩) ફક્ત કોપરેલ પીવાથી મટે. લીખોલી તેલથી મટે. (૧૪) મધ સાથે લીમડા પાનનો રસ પીજો. (૧૫) કાલીજરીનો કવાથ પીવાથી કીર અરટીકેરીયા તાવ કરમ કાઢ દરાજ મટે. (૧૬) દહી સાથે વાવડીંગની છુટ્ટી પીજો. (૧૭) શરપખાના કવાથમાં વાવડીંગ પીજો. (૧૮) માખણમાં સેપારીની છુટ્ટી ચાટો. (૧૯) દોધીના બી કાળાના બી અંરીકાનો મગજ કરમ નાશક છે.

## કમળો, પાંડરંગ, લોહીનું પાણી :

(૧) હીંગની છુટ્ટી ચાંજો (૨) દહી સાથે લગદ ખાવી. ઘી સાથે સુંઠ ચાટો. ગરમ દુધમાં સુંઠ પીજો. (૩) ચાંખમાં લીંણનું ટીપુ ટપકાવો.

(૪) રાતે વેનીશાની લાકડી છુંદી બાંગળી સવારે સિંધવ સાથે પીજો. (૫) કારેલાના પાન પીસી તેનો રસ એક અમચો પીજો. (૬) કલથી ખાંડ ગાળતું એક તોલો ચાટણુ લેજો. (૭) કદન ગાળ સાથે હરડે ખાવાથી તરો રોગો મટે. (૮) કુવારનો રસ ઘી સાથે નકમાં નાંખો. (૯) સમુદ્રજ કે દેવગંગરીના રૂળ (પિત્તરૂળતું પાણી) બનાવી નાકમાં ટપકાવો ધીના કામળા કરો. (૧૦) આમલાની બુટ્ટી કે ત્રિફળાં સુથું મધમાં લેજો. (૧૧) મધ સાથે દારૂળદરનો ઉકાળો પીજો. (૧૨) પિત્તપાપડનો ઉકાળો પીજો. (૧૩) પીણુડીના કવાથમાં હળદ પીજો. (૧૪) મેદીના પાન ચાવો. અથવા તેનો રસ પીજો. (૧૫) માથે કુકડવેલ રૂળ પીસી બાંધો. (૧૬) ખારેક કે ચના ખાજો.

### ચંદ્રતપિત :

(૧) અરકુસી રસમાં આમલા ખાંડ મધ ચાટો (૨) દુધ ખાંડ સાથે કમલની જડ પીજો. (૩) સિતોપલાદી સુથું લેજો. (૪) દોધી, જીવંતી, ખાંડ-લીધુ, કાચું દુધ ઉપલસરી. સેરડી કાઢતી એક ઓળ જવાબ આપશે. મુખરોગ :

હોઠના ૬, મસોડાના ૧૬, દાંતના ૬, જીભના ૫, તાલવાના ૬, કંઠરોગ ૧૬, મલીને ૬૧, મુખરોગનું વર્ણન સુશ્રુતાચાર્ય પદ્ધિતે વિસ્તારથી કરેલું છે, (૧) કપૂર સાથે ધોયલુ માખણુ લગાડવાથી હોઠના તમામ દરદો મટે. (૨) મધ સાથે સરસુ તેલ મેલવી કોળા કરવાથી મસોડાના સર્વે રોગો નાશ પામે. (૩) મધમાં પીપર છુંદી જીભ પર મસલી લાર ટપકવા દેવાથી જીભના છાલા દુર થાય. (૪) ઈંડાની સફેદી કાચી સુસવાથી કે ચોખાના ધુવણમાં મોનીની છાપ પિરડી મેલવી મોઢામાં રાખવાથી તાલવાના સમસ્ત વ્યાધીઓ નાહસે. સેરડીના રસમાં હરડે બુટ્ટી ખાવાથી ગજાનાં રોગો વિદાય લેશે. હરદે-મા ચાટવાથી ગાંઠ-ગ્રાનસીકનું જોર ઓછું થશે. બાવલ પાન કે, બાવલને ચુંદર સુસવાથી અથવા માખણુ સાકર કપૂર ચાટવાથી મોઢાના દરદો નાહસી

છુટે. (૫) ચલેલીપાનનો ક્વાથ પીવાથી મુખમાં કુર રૂચ રેતુર ખાવાથી ગણના દરદો દુર થશે. ટંકનખાર મધમાં લગાડવાથી અથવા વરમ કુચ સાથે ઘી કે ઘેણાનું ખાવાથી ટોનસીલનું તોડાન થાત યશે. જીરું પાણી વડે કામળા કરવાથી રુચ તથા ગણના દરદો નીરુગ થશે. મેઘના ક્વાથ વડે કામળા કરવાથી મુખ પાક નાણુ થશે. ફટકી ખાંડ ખાવાથી કાંઈ નો નંગથી પાણી સોંઘી બધું મળશે. માખણ ખાંડ સાથે નાખેલર છાંય ચાંદવાથી મોઢાં ને નાકની કેનસર હરસ ભગંદર ખલી ખર રચનાં. ર રક્ત દમાવ દુર થશે પ્રેમપ્રાપ્તિ થશે. ચોક્કસ ઉપાય છે.

હાંત તથા મરોંડાના રોગો :

(૧) લીમચેની જેવું ઉકાળી તે વડે કામળા કરવાથી મરોંડાના અસાધ્ય દરદો દૂર થાય. (સ્વામી અચરારામજી) (૨) અજમાનો ખુમાડો રોગથી હાંતની પીગ દૂર થશે. (૩) હેંબરની કુપીથી દૂર થશે. અરુચી પાન ઉકાળી મેંદમાં ફેરવવાથી દોષા દાંતો દૂર થશે. (૪) ચામડીના પાણી વડે કામળા કરવાથી ગણના તમામ રોગોનો અંત આવશે. (૫) કાચનારની ઝામના ઉકાળાથી કામળા કરવાથી મુખપાક તથા દાંત રોગ મટે. (૬) કાંઠાસલીયાના મૂળનો ઉકાળો રામખાણુ છે. (૭) પાયોરીયા મટાડી ઘીરા જેવી મળ્યુત બનીસી બાપશે. એલું બીજું નામ વગરદત્તી છે. (૮) માપરણ લવંગ નીમક રાતે દાંતો ખેર લગાડી સુવે અથવા એકડી હરડેની જુકીથી દાંતણુ કરી મોઢામાં બાળી રાત રાખી સુવે સવારે મળ્યુતી દેખાશે. (૯) ચોક્કસકરના કામળાથી દાંત તાકર્વાં મુખ અને ગણનાં દરદો ચોક્કસ દૂર થશે. (૧૦) સંરકો—કાંઈ આવાથી ગણના રોગો દૂર પામશે. (૧૧) ધસઅગ્રમનો ઉપયોગ મોઢાના દરદો મારી ઝુડીને હાંકશે. (૧૨) કારેલાં રસમાં રાખજીરું મેળવી મંજન માધક લગાડવાથી મોઢાના ચાંદાં દૂર થશે. (૧૩) કાથો ચુસવાથી મટશે. (૧૪) રાખના તેલમાં સિંધવ મેળવી મંજન કરવાથી પાયોરીયાનો પરાજય થશે. (૧૫) ખદુમચની લાજનો રસ મરોંડાના અસાધ્ય રોગો મટાડશે. (૧૬) જટામારની આવવાથી મોઢાની દૂરગંધી નાશ પામે. (૧૮) જાંબુની ઝાણ બાળી તેની રાખ ]

લગાડો ઉત્તમ મંજન બનશે. (૧૯) લોહી બંધ કરશે. (૨૦) હરડેના ઉકળામાં મધપીવાડો. (૨૧) એકલા ગરમ પાણીના કોગલા કરો. (૨૨) ખાંડ બોરીકતું મંજન લગાડો. (૨૩) પુદ્નો પીસી લગાડવાથી પીઝ દૂર થાય. (૨૪) બોરસલીનો ક્વાથ રાખવાયુ છે. (૨૫) મામાફલકે સડેલી સોપારીની રાખ દાંત મજબુત બનાવશે. (૨૬) જેઠીમધ ચુરુવાથી કે ચતોદી પાન ચાવવાથી મોઢા તથા ગલાનો રોગ મટશે. (૨૭) સરકામાં મરચાંની ભુકી નાખી કોગલા કરવાથી ગળું સાફ થશે.

### કાનના દરદો :

સુશ્રુતમાં ૨૬ અને ચરકમાં ૩૩ પ્રકારના કાનના રોગો ઓળખાયા છે. (૧) મધ સાથે લીંબોલી તેલ મેલવી તેમાં ઠાપુસ બાંજવી મુકવાથી કાનની રસી બંધ થશે. (૨) કાંદાના રસ સાથે મધ મેલવી ટીપાં નાંખવાથી રસી બંધ થશે. (૩) અલસીનું તેલ ગરમ કરી ટપકાવવાથી કાનની ભયંકર પિડા નાશ પામે. (૪) ગરમ દુધનાં ટીપાં નાંખવાથી કાનનું શુભ વેદના દૂર થશે. (૫) કાંદાના રસમાં અલસી પકાવી નાંખવાથી ભીતરનો સોજો દૂર થશે. (૬) અપામાર્ગ તેલ ગરમ કરી ટપકાવવાથી બહેરાશ દૂર થયો. (૭) પાકેલા અંકુશના પાન બારી સીંધવ એરંડુ લગાડી તેના ગરમ ટીપાં ૧૫ દીન ટપકાવવાથી કાન ખુલે તથા કાનના સર્વે રોગો દૂર થશે. અપ્રતિમ પ્રયોગ છે. (૮) આંખાના પાનનો રસ ગરમ નાંખવાથી પીઝ દૂર થશે. (૯) નગોડના પાનનો ગરમ રસ નાંખવાથી. અવાજ ધડાકા પિઝ રસી બહેરાશ જરૂર દૂર થશે. (ગોદાનનાં રાગવૈદ) કદિ અથવા આદુ પીસી તેનાં ટીપાં નાંખવાથી કાનની વેદના દૂર થશે. (૧૦) તલનાં તેલમાં ઉકાળેલી કાચફળની છાલ કણ્ડીયા દૂર કરશે. (૧૧) કોડીની ભરમ અથવા સરેદ કાથો ભુકી નાંખવાથી રસી ચોક્કસ બંધ થશે. (૧૨) દુધ સાથે ચુનાનું પાણી મેળવી પીચકરી લેવાથી નાક તથા કાનની રસી બંધ પડશે. (૧૩) જાયફલ અથવા સુંઠ સાથે કાલીજીરી બહારથી ગરમ પાણીમાં લેપ કરવાથી સોજો વેદના બહેરાશ જરૂર મટશે. પુદ્નો અથવા તુલસીના પાનનો રસ

નાખવાથી કાનના દરદો જલદી દૂર થશે. (૧૪) ગલીસરીનમાં મેળવેલો તુલસીરસ આજે મેઘી 'કી'મતે વેચાય છે. (૧૫) ગરમ દુધ નાખવાથી રસી બંધ થશે. (૧૬) સરકામાં માયાની ભુકી બીજવી ગાલી નાખવાથી રસી સુકશે. (૧૭) લેધરની ભુકી છાંટવાથી વહેતો કાન સુધરશે સરકાનો મુકો બાફ આપવાથી બહેરાશ દૂર થશે. (૧૭) સરસ્યા તેલમાં કાલન પોટર મેળવી નાખવાથી કાષ્ઠકૂળન થેરાલાખનું કામ આપશે. (૧૮) લીંબુનાં દીપાં ચકસીર છે. (૧૯) ચાર ભાગ સરસ્યા તેલમાં એક ભાગટ રપેન દીન મેળવી ટપકાવે. સર્વે રોગો નાશ પામશે. નાકનાં દરદો :

(૧) સરસ્યું તેલ નાખો. (૨) લીંબોલીનું તેલ નાખો. (૩) કાસિસાદી તેલ કે બ્યાધી તેલનાં દીપાં નાકમાં ટપકાવે. (૪) દહીં મરી ગોળ ખાવાથી નાકનાં દરદો મટે. (૫) ખાંડ છૂંધી મેળવી ચાટવાથી નાકના દરેક રોગો મટે. (૬) પાણી ઉકાળા એથોભાગ રાખી રોજ રાતે પીવાથી નાકની વ્યાધીઓ જરૂર નાશ પામશે. (૭) ગરમ એરંડુ લગાડવાથી કે આખી હળદનો ધુમાડો લેવાથી નાકની તકલીફો મટે. (૮) કલોછ ભુકીની પોતલી સુંઘવાથી સંજેખમ ચાલ્યો જશે (૯) છીંકા બંધ થશે. (૧૦) દસાખ અંગુર શેરડી કે દાડમનો રસ પીવાથી અને બે ભવાં વચ્ચે બરફ કે માટી મુકવાથી નાકમાંનું લોહી બંધ થશે. (૧૧) દક્ત તુલસી પાનની ભુકી સુંઘવાથી પીનસ તથા મગજના દરદો દુર થાય (૧૨) ઠંડું પાણી નાક માર્ગે ચઢાવવાથી ચરમા ઉતરે. (૧૩) મસ્તક રોગો દૂર થાય. (૧૪) ગુલાબનું અતર કે પમરાટવાળું ડુંઘ સુંઘવાથી નાકની ડુલ્લી મટે. ચરણી પાનમાં મરી ચાવવાથી સંજેખમ મટે. (૧૫) ખસખસ પેલનો ઉકાળો પીવાથી જીની સરદી મેનીન બાધીસદમ કાચખીટીસ બહુમુજના અનિસાર અતિંદ્રા ચોકકસ દૂર થાય. (૧૬) ચાકકલકશે ચાવવાથી કે આદુ-મંધ ચાટવાથી સરદી જરૂર મટે. (૧૭) સુંઠ કાચકલ પીસી સરીરે ઘસવાથી પરસેવો ઓછો થશે. (૧૮) નારંગીની છલ ઉકાળી પીવાથી સંજેખમ મટે. (૧૯) રા-માખણ ચાટવાથી સરદીનું જોર તુટશે (૨૦) ગેળ-અમ્મમાની ચાહે પીવાથી અને

કપુર-અજમાની પોતલી સુંઘવાથી પુરાણી નાકની ફરીયાદ દૂર થશે. (૨૧) તુલસી રસ પીવો. (૨૨) ભારંગીનો ક્વાથ પીવો. (૨૩) મરીનો ક્વાથ પીવો. (૨૪) સરસપ્રના બીજ સુંઘો. (૨૪) ગરમ દુધમાં સુંઠ પીનો. (૨૫) સુંઠ ગોળની ચીકી ખાજો. (૨૬) ચણનો સુખ પીવાથી નજલો સરદી પીનસ ગરમી સ્વરક્ષણ તથા કફનો ઓખાર દૂર થશે. (૨૭) ગરમ પાણીમાં ઘોડાવજ ભુકા બે આની ભાર લો. (૨૮) અલસીનો ધુમાડો લો. તાવ-જવર-ફીવર-ઓખાર

(૧) ત્રણ ઉપવાસ કરો. (૨) ગરમ પાણી પીવો. (૩) લીમડો કરીયાતુ કે કડુનો ઉકાળો પીવો અથવા સુંઠ-ધાનાનો ક્વાથ પીવો. (૪) સુંઠ ગલે કરીયાતુ મોથનો ઉકાળો કફનો તાવ દૂર કરે. (૫) નવા તાવમાં દુધ નહીં આપો. (૬) ત્રિફલા પીપર મધ સાથે ચાટવાથી તાવ તથા શ્વાસ દૂર થશે. (૭) સરી સાથે નવસાર મેળવી ૪ આનીભાર આપવાથી તાવ ઉતરે. (૮) ધતુરાના પાનમાં મરી ખાજો. (૯) લીમડાની અંતરછાલનો ક્વાથ રામખાણુ છે. (૧૦) લીમડા છાલમાં 'સીનકાના બાક'નો ગુચ્છ છે. એનાથી તાવ તથા અતિસાર મટશે. (૧૧) તુલસી અથવા લીમડા પાનમાં મરી ખાવાથી અથવા એકલો મીઠો લીમડો (કરીપાન) ખાવાથી તાવ મટશે છે. (૧૨) લીંછુના રસમાં લીમડાપાન છુટી લગાવવાથી કોલન-વોટર જેવી કંકા આપશે. (૧૩) અગરની ભુકા અથવા સનાવલીનો ઉકાળો તાવ ઉતારશે. (૧૪) અગરનો ભુકો સરીરે ધસવાથી પરસેવો ઓછો થશે (૧૫) અરણી પાનમાં મરી ખાજો. (૧૬) ખાંડ સાથે અરકુસી પાન ખાવાથી તાવ ગરમી ગભરાટ દૂર થશે (૧૭) પાંચ રતી અતિવિષની ભુકા ફાકવાથી તાવ ઉતરે. (૧૮) દસ રતી ફાકવાથી તાવ આવતો અટકે. (૧૯) આંકડાની જડનો ઉકાળો પીવાથી તાવ ખેંચ ઉપધ્યું મટે. (૨૦) નાકમાં આદુનો રસ ટપકાવવાથી બેહોસી દૂર આવે. (૨૧) નારંગી છાલ ઉકાળી પીવાથી કે કાલીશરીનો ઉકાળો પીવાથી તાવ ઉતરે. (૨૨) બનેમાં કિવનાઈનની



તારીર છે. (૨૩) તાવનું રામગાથુ નગોળના પાન છે. (ડા. લક્ષ્મીપથી) (૨૪) પીપર સાથે નગોળનાં પાન ઉકાળી પીવો તો સરદી તાવ ઠંડુ વાયુ ભેગનું ભારીપણું દુર થશે. (૨૫) પાવણનું અચાર ખાવાથી તાવ પછીની નખળાઈ દુર થશે. (૨૬) શુદ્ધીની જડ કાને બાધવાથી સર્વે પ્રકારનો તાવ દુર થશે. (૨૭) ગોળ સાથે પીપર ખાવાથી તાવ ખાંસી મંદાદિન નાશ પામે. (૨૮) ગોળ સાથે કલોથ ખાવાથી તાવ ઉતરે. (૨૯) તુલસી પાનનું સરખત પીવાથી ગજરાટ દુર થાય. (૩૦) તલના તેલમાં લસન તક્ષીને ખાવો. (૩૧) દુધીની જડ બાધવાથી તાવ અટકે. (૩૨) સુંઠ યુક્તનાની આઢે પીવાથી સરદીનો તાવ ઉતરશે. (૩૩) ખરેદીની જડ ગજામાં બાધો તો તાવ ઉતરશે. (૩૪) કરીયાતુનો ફાંટ મંદાદિન તાવ અટકી નખળાઈ મટાડે. (૩૫) પાવણીભાર લાંગરાના પાનનો રસ પીવાડો. (૩૬) મરીનો એકલો ઉકાળો અકસીર છે. (૩૭) જે આનીભાર છુટી કાલીમરીની કાકવાથી થયે ખાંસી બોખાર મટશે. (૩૮) બીજવેત્રી વરીયાલીનું હીમ પીવાથી ઘાઠ જલન આગ દૂર થશે. (૩૯) છસ સાથે ગોરખમંડીની છુટી પાવણીભાર આપો. (૪૦) મગ સાથે જેઠીમધ બાશી તેનો સુપ પીવાડો. (૪૧) એક તોલા ગોળમાં પાવણીભાર કાલીજરી છુટી ગરમ પાણી સાથે ઋથુ વાર રાગ ખવાડો. (૪૨) ઉકાળાને એથો ભાગ રાખેલું પાણી પીવાડો. (૪૨) કુંટી પર ચંદનનો લસારો લગાડો. (૪૩) ખાંડ સાથે ચપટીપુર ધુલવેલી ફટકી ખાવી. (૪૪) સેકેલું નીમક ખવાડી આખો દીન છુખો રાખવાથી મેલેરીયા રાગી એકકસ સારો થાય. (૪૫) ડો. કુકસનો ૧૬ વર્ષનો અજભાવેલો પ્રયોગ છે. (૪૬) નદવ વખતે આન્ડી તથા કવિનાઇન આપવા છતાં ૪૦૦ અંગ્રેજો મેલેરીયામાં પટકાઈ મુવા ત્યારે જરમન બવણીના સોલજરોમાંથી એક પણ મોત થયું નહીં. જરમન કેમ્પમાં સેકેલું નીમક વપરાયું હતું. (૪૭) નીમક ફટકી સાથે આપવાથી ઝાડા સાથનો બોખાર ચાલ્યો જશે. આ પ્રયોગ વખતે ખાસ લાગે તો ફક્ત ગરમપાણી પીવા આપો તે સીવાય બીજો બોરાક બંધ રાખો.

## માયાના દરદો :

(૧) અગથીષા પાન અને પુવનો રસ નાકમાં નાખનાથી સલેખમ શિરપિઝઃ ચોક્કસ મટે. (૨) મેદીનું તેલ લગાડવાથી મગજનું દરદ ચાંત પામે. (૩) માખણ આંડ સાથે ત્રિકુળાની જુકી ચાટવાથી રક્તદબાવ માયાના દરદો તથા ગરમીના તમામ લક્ષણો દુર થશે. (૪) આદુ પીપર સીધર પીસી નાકમાં ટપકાવો. ઘીબોથી તેમ નાકમાં ટપકાવવાથી માયાના દરદો ચાંત થશે. (૫) એન્જ ટીપા કાનમાં પથુ નાખો. ધાના ખાંડ ખાવાથી મટે. (૬) દર રતી નવસાર ખાવાથી નવસાર હળદ્ર સુલવાથી તથા નવસાર લગાડવાથી આધાશીશી મટે. (૭) અરીસાનો મગજ પીસી સુધાડો. દરેક મસ્તક પિઝા દુર થશે. (૮) ગલેકમાં નગોડના પાન ભરી તેના પર માથુ ટેકવી સુવાથી દરદની ચાંતિ થશે. સેકેલા લીંજુનો કાનપટી ઉપર સેક કરો. (૯) ખાંડ આમલીના સરખતથી પિતનું દરદ ઉતરે. (૧૦) અક્કલકરાની જુકી ગરમ પાણીમાં લગાડો. (૧૧) દુધમાં આદુનો રસ મેળવી નાકમાં નાખો. (૧૨) લલાટ ઉપર પરવલનો રસ લગાડો ફક્ત કાગડો એલચીનો જુકો સુંઘવાથી મસ્તક પિઝા દુર થાય. (૧૩) ઘીમાં કેસર ધુંડી નાકમાં લગાડવાથી આધાશીશી મટે. (૧૪) ગાળ-ઘીનો ચાસ સવારે ખાવાથી સુચિત મરીજ મટે. (૧૫) કાનપટી ઉપર તળનો જુકો ગરમ પાણીમાં લગાડો. ફક્ત ગાયનું ઘી સુંઘવાથી શિરપિઝા જમણા મટે. (૧૬) ઉપર રક્તચંદનનો ધસારો લગાડો. (૧૭) સુનો નવસાર શીશીમાં મેળવી સુંઘાડો. નાકમાં ઠંડા પાણીના ટીપાં નાખો. (૧૮) ઠંડા પાણીએ સ્નાન કરો. (૧૯) જાયફલ લેપથી મસ્તક પિઝા મટે. (૨૦) સેકેલા કયોજની પોતલી સુધો ગુલાબજલના ટીપાં નાકમાં નાખો. (૨૧) સરદાઈ લગાડવાથી મટે. (૨૨) ગરમ દુધમાં સુઠ મેળવી નાકમાં નાખો. (૨૩) વજ-પીપરની ફાકીથી સુચિત મટે. (૨૪) પીમેનો પુદોનો લગાડો. (૨૫) ભાંગરનો રમ સુધો (૨૬) માથે મજ્જા લગાડવાથી નાજલો ગટે (૨૭) મધ-ઘી આળે કાયફલ જુકી સુધો મરી માખણ તાવી નાકમાં ટપકાવવાથી આરધીશીશી મટે (૨૮)

મધ સાથે મેંદીના ખીજ પાવલીઆર ચાટો. (૨૯) મેંદીના કુલનો કવાથ પીવો. મેંદીના પાન પીસી લેપ કરવાથી આધાશીશી મટે. (૩૦) મધ સાથે રસવંતી આંજો. (૩૧) કાનપડી ઉપર પીસેલી લસન લગાડો. આધાશીશી મટે. (૩૨) મુંઠના ઘસારાથી અરધું માથું દુખતું મટે. (૩૩) હળદ અથવા સોનામખી નીમક લગાડો. (૩૪) હરડેનો ઘસારો આધાશીશી મટાડે. (૩૫) હીંગના લેપથી અરધી પીઝ જાય.

**આંખના દરદો :**

(૧) નવસારની ભુકી આંજવાથી મોતીયો દૂર થશે. (૨) લીંબુના રસમાં લીમડાના પાનની રાખ આંજવાથી સર્વે નેત્ર રોગો નાશ પામે. (૩) સુરોખાર સાથે લીમડાના કુલ પીસી ગરમ કરી આંજવાથી આંખની જ્યોતી વધે. (૪) આદુનાં ટીપાં નાંખવાથી આંખની પીઝ દૂર થશે. (૫) ભોંયરીગણીની જડ લીંબુના રસમાં ઘુંટી આંજવાથી કુલ કપાઈ જશે. (૬) નીરમલી કપુર સાથે મધ ઘુંટી આંજવાથી પાણી બંધ થશે. તથા આંખ દૂર થશે. (૭) આ પ્રયોગથી મોતીયો પણ દૂર થશે. પેટનું બનાવી વેચવા લાયક છે. (૮) કારેલના રસ લગાડવાથી રતાધોળો મટે. (૯) એકલી રસવંતી આંજવાથી આંખો બળવાન બનશે. (૧૦) ઉઠતાં સાથે પેતાની યુંક આંજવાથી આંખનો દરદો મટે. (૧૧) એવો મત યુનાની હકીમનો છે. (૧૨) લીંબુના રસમાં અરીકાના મગજ ખરલ કરી આંજવાથી ખુબ તેજ વધશે. (૧૩) ગુવારના પાનનું શાક પકાવી ખાવાથી રતાધોળો દૂર થશે. (૧૪) ચાંગેરી (ખટુમગ જાણી) નો રસ આંજવાથી જાંબુ સાફ થશે. (૧૫) જાયફલની ભુકી આંખોપર બહારથી લગાડવાથી જ્યોતી વધે. (૧૬) પગતડીએ માલકાંડણી તેલ ઘસવાથી રોશનીમાં અજળ વધારો થશે. (૧૭) સુતી વખતે દાઝના પાન પીસી આંખોપર ખાંધો પીઝ મટશે. બાટલીમાં ભરી દાઝનો રસ તડકે રાખી ઘટ થયા પછી આંજવાથી આંખોનું નુર વધે. ફક્ત પીપર આંજવાથી રતાધોળો મટે. (૧૮) બે જાણ હરડે સાથે એક જાળ પીપર પાણીમાં ધસી આંજવાથી અનેક દરદો દૂર યાવ. (૧૯) સાટોડીમાં

મમીરાનો ગુણ છે. ઘી કે પાણીમાંથી ધસો આંખે. (૨૦) સોપારીના લેપથી આંખનો સોજો મટશે. (૨૧) બાવલના પાન બાંધી બાંધવાથી નેત્રપિડા દુર થશે. (૨૨) કાંદાના રસ સાથે મધ આંજવાથી આંખના રકમ દરદો નાશ પામે દહીં. સાથે મરી આંજવાથી રતાધળો જાય. (૨૩) સુતી વખતે 'વરીયાલી -ખાંડ મેળવી એક તોલો ખાવાથી અને સવારે છુદેલી વરીયાલીનું' નીતક પાણી આંખોમાં ટપકાવવાથી અક્ષમા ઉતરશે—મોતીયો કપાઈ જશે—રક્ત દબાવ દુર થશે. (૨૪) મસ્તક પીડા નારા પામશે—હરસ ભગંદર જેસ પિતના દરદોની ફોજ વિદાય લેશે. (૨૫) આંખોની પરીક્ષા આપવા આગમય જેઠીમધનાં ઉકાળા વડે ઘેાળે. (૨૬) અવત્રા ત્રિકલાના પાણી વટે રનાન આપજો. (૨૭) અલોકિક નુરખો છે. રતાય દુર કરશે. (૨૮) કમલ જેવી તાજ પ્રકૃતિત આંખો બનશે. (૨૯) બાવલના પાનનો રસ કે સરગવાનો રસ મધ સાથે આંજવાથી ધણ દરદો મટશે—પાણી ઝરતું રોકશે—પરૂ સાફ થશે—નજલો દુર થશે. (૩૦) વેંગણાની જડ ધસી પાણી આંજવાથી જાંઘા કપાઈ જશે. (૩૧) સુંઠનો ધસારો ટપકાવવાથી આંખની પિડા દુર થશે. (૩૨) સમુદ્રફળ ધસી આંજવાથી કે ઇંગોરીયા ફળનો ધસારો લગાડવાથી આંખમાંથી ટપકતા પાણી સુકાઈ જશે. (૩૩) હલદ સાથે સુરોખાર આંજવાથી જાંઘા કપાશે. (૩૪) ટેબલ સોલ્ટથી દબલ સાકર મેલવી આંજવાથી જાંઘા કપાશે—મોતીયામાં ફાયદો બતાવશે. એક અમઘવાદી વેદ આ પ્રયોગથી બંબલા બાંધ્યા છે. મધ સાથે સિંધવ આંજવાથી કુલાં કપાશે. એક અમયા ગુલાબજલમાં એ રતી ફટકી મેલવી ટીપાં નાંખો—ઉત્તમ લોચન બનમે—રતાય દુર થશે. (૩૬) દરાખ સાથે સોજમખસી ખવાડો તેજ વધશે. મરી માખણ ખાંડ સવારે ચાટો. જાંખ કપારો. (૩૭) ઘી મધ સાકર સાથે ત્રિકુળાં જેઠીમધ વાંસકપુર સરખા મેળવી પાવણી બાર ચાટવાથી ખીલ કુલા કાય કેનસર દ્રેકોમા જેવા લયંકર રોગો ૩૦ દિનમાંજ નાશ પામે.

(સ્વામી અચલસમજી બોધપુર)

## ખહી-તપેદિક-રક્તવદ્ધમા— ટી. બી.

(૧) વાકરીનો ભુકો અકથીર છે. (૨) જીરું મેળવી ગરમ દુધ કે ગરમ પાણી સાથે આપો. (૩) મધમાં સોનાનો વરખ ચટાડી ઉપર માખણ સાકર ખવાડો. બન્ને ઉપાયો ચોક્કસ છે. (૪) બે તોલા દ્રાક્ષાસવ કે અરજુના રિસ્ટ પીવા આપો. (૫) અરજુન છાલનો કે રક્ત રોહીણનો ભુકો પાણી સાથે કાકવાથી કાયદો થયો છે. (૬) મોલીની છાપના પિષ્ટી સિતોપલાદિ યુક્ત સાથે મેળવી માખણ અથવા મધમાં ચટાડો. વાસા અવલેકથી મટશે. (૭) કાંદાનો ક્વાથ પીવાથી કફ ધટશે (૮) ખાખરાનો રસ પીવાથી ખહી મટશે. (૯) માખણ સાકર સાથે ઢાડીની ભરમ આપો. (૧૧) મધ સાથે એકથી વાંસકપુર અને ગલેનું સત્ત ચટાડો. (૧૨) માખણ સાકર મધ ચાટવાથી અથવા દુધ ઘી પીવાથી ખહી મટે. (૧૩) દુધ સાથે યુનાનું પાણી પીવાથી ખહી મટે. (૧૩) અરકુસીના પાનમાં તાલીસપત્ર ખવાડો. (૧૪) માખણમાં પીપર ચટાડો. પાણીમાં કાપેલા અંજીર બીજની સવારે દુધમાં બાફી ખાવાથી કાયદો થશે. (૧૫) ગાજરના સુપમાં નક્ષ વેળીકનો શુભ છે. (૧૬) એનાથી ખાંસી દમ કમળો કરમ અતિસાર હૃદયરોગ તથા ખહીનો બાધી મટશે. (૧૭) ગધેડીના દુધથી કાયદો થશે બદામના તેલથી કોવત વધશે. (૧૮) બકરીનું દુધ ગ્રસ્તકારી છે. (૧૯) મધ સાથે પીપર ચાટી ઉપર ગાયના ગરમ દુધમાં ગાયનું ઘી સાકર નાંખી સંજે સવારે પાંચથી ખહીરોગ નિઃસંદેહ મટે. (૨૦) બકરીનું માંસ ખવાડો અને બકરીના ટોલામાં રાગીને રાખો. (૨૧) બકરીના મળ-મુત્રમાં સુર્ય પ્રકાશ માફક ખહીના જંતુઓ નાશ કરવાની શક્તિ છે. (૨૨) સુવર્ણ માહટી મધ પીપરમાં ચટાડો.

### શ્વાસ-રોગ :

(૧) પાંચ પ્રકાર છે. મહાશ્વાસ, ઉધર્ત શ્વાસ, હિન્ન શ્વાસ, તમકશ્વાસ, અને શુદ્ધશ્વાસ, મરી મધ ખાંડ મેળવી ચાટવાથી શ્વાસ તથા ખાંસી નિઃસંદેહ દુર થાય. (૨) સુંઠ હરડે નાગરમોથ અને મેળાનું ચાટણુ દમ તથા ખાંસી દુર કરે. (૩) અરકુસી કે ધતુરાના સુકા પાનનો ધુમાડો શ્વાસને નિયમિત

કરે. (૪) જાતી ઉપર ખાદ્યના ધનુરા પાન અધિવાથી શ્વાસ તથા હૃદયરોગ આવ્યો જશે. (૫) ફક્ત સિંધવ સાથે મધ રાતે રોગ વધનાં પ્રમાણમાં ચાટવાથી ત્રણ દીનમાંજ શ્વાસરોગ મટશે - પ્યાસ લાગેતોજ રમ પાણીજ પીવા આપો. (૬) ફક્ત મધ સાથે આદુ અને તુલસીનો રસ ચટાડો. (૭) આદુનો દુકડો ચાવવાથી પણ શાંતી થશે. (૮) આદુના રસમાં પીપર સિંધવ ૭ સવારે ચાટવાથી પુરાણો શ્વાસરોગ ચોકકસ મટી જશે. (૯) પાણીમાં નવસાર પીવથી શ્વાસની ગતી સુધરે. (૧૦) મધમાં પૂંકરમુળ ચાટવાથી શ્વાસ અગ્નિ ખાસી તથા હૃદયરોગ જરૂર નાશ પામે. (૧૧) સુઠ અતિષ્ઠ કાઠાસીંગની જુકી (કામંસીમાં ચંગાદિ સુધર્મને નામે વેચાય છે) મધમાં ચાટવાથી ઘણો સારો લાભ થશે છે. (૧૨) અપામાર્ગના પાન (આંધા ભાગ)નો ધુમાડો લેવાથી આરામ થશે. (૧૩) અરીસાની જડ શકવાથી સુકી ખાંસી મટે. (૧૪) અરીસાનો મગજ પીસી ખાવાથી શ્વાસરોગમાં લાભ થાય. (૧૫) મરી સાથે આંકડાના પુલ પીસી ખાવાથી અજબ ફાયદો થશે. (૧૬) અંખાની ગોઠલીનો મગજ ખાવાથી શ્વાસરોગ મટી જશે (૧૭) પીપલાના મુકા ફળ પીસી ૧૪ દીન પાણી સાથે ખાવાથી શ્વાસરોગ ૧૬૫ થશે (૧૮) ઇન્દ્રા-મણુ રામખાણુ આપધ છે. એના લાસ ફલનો ધુમાડો આપો. (૧૯) એજ મગજ તથા જડનો જુકો ગરમ પાણી સાથે ખાવા આપો. (૨૦) ઇસજીયુક છુદી બે વખત અડકે તોલો ૧૨ અંબાડીયાં ખાવાથી દરેક પ્રકારનો શ્વાસરોગ છતાઈ જશે. (૨૧) મધમાં કાયફલેની જુકી ચાટો. જાતીપર દરપેટન ધસી, હીંગ-કપુરની જુકી ચાર રતી પ્રમાણમાં બે કલાકે ચાટવાથી તીવ્ર શ્વાસરોગ પણ તાબે થશે. આ પ્રયોગથી હૃદયનો ધમકારો શાંત થશે. (૨૨) પાનમાં સુંઠ ખારેક ખાવાથી સમતકારિ લાભ થશે. શુવરના દુધની ગોળા ખવાડો. (૨૩) મધ સાથે એલચી વાંસકપુર ગમેલું સત્વ આપો તો ખહી ખાંસી શ્વાસરોગનું પાકું નિવારણ થશે (૨૪) રાતે ચના ખાઈ પ્યાસ લાગે તો ગરમ દુધ પીવાડો. પાનમાં રોકેલી નવંત્રી ૪ રતી ખવાડો. એલચી સાથે માલકાંઠણી ખી ખાવાથી કંઈ તથા શ્વાસમાં શાંતી થશે. (૨૫) મધ સાથે સોહાળાં (પુલેલો ટંકનખાર)

આટવાથી ગુરુ જણાશે. આદુના રસમાં પીપર અને તેજપાત ચડાડો. (૨૬)  
 સગડી ઉપર મુકી જમાણગોટાનો ધુમાડો લેવાથી આસમ થશે. (૨૭)  
 પીપર સાથે અપામાર્ગની ભુકી સુધવાથી શ્વાસ ન્યુમોનીયા બેદોસી દુર થશે.  
 (૨૮) પાનમાં ગળપીપલી ખાવા આપો. સાટોડીની જડ ઉકાળી પીપર અને  
 જલખાર સાથે પીવાથી ચોક્કસ ફાયદો થશે. મદદમાની પ્રસાદી છે (૨૯)  
 સુંઠ વરીયાલી સાથે ભારંગીનો ક્વાથ અચૂક તાસીર આપશે. (૩૦) એકલી  
 કરીયાતાનો ક્વાથ અકરીર જવાબ આપશે. (૩૧) પાણી સાથે ગારખમુન્ડી  
 આપો. (૩૨) આદુના રસમાં કસ્તુરી આટવાથી અમત્કાર બનાવશે. (૩૩)  
 સુંઠ કટકી ખાંડ મરી પીસી ગરમ પાણીમાં આપો. (૩૪) બે આનીમાર  
 પીપલાની છાલ ફાંકો. સફેદ મુળાની સુકવી ભુકી ખનાવી ગરમ પાણીમાં  
 પીવા આપો. (૩૫) હળદ સાથે તાલીસ પાનનો ધુપ આપો. (૩૬) ચોપચીનીના  
 ઉકાળામાં કાથો પીવાડો. પ્રમાણ-આઠ તોલા પાણીમાં એક તોલો ચોપચીની  
 ઉકાળી ત્રણ તોલા પાણી રાખો, (૩૭) અરકુસીના ઉકાળામાં અંકાસની  
 જડ પીસી પીવાડો. (૩૮) બહેડની છાલ સુસવાથી શ્વાસ ખાંસી ટોનસીલ  
 સ્વરજંગ ગલાના રોગો રવાના થઇ જશે. (૩૯) ખસખસના પોપ ઉકાળી  
 પીવાથી શ્વાસ અતિસાર ગયાબીટીસ દુર મરી. (૪૦) ગરમ જીંજીર પીવાડે  
 ન્યુમોનીયા :

(૧) આ રોગમાં તાવ ઉતારવાની દવા કદી આપશો નહીં. (૨)  
 કહેનો ઉપાય કરો. (૩) ગરમ સરકમાં ગોળ પીગલાવી પાંસલી સેવો. (૪)  
 અથવા સરસ્યા તેલમાં ટરપીટન તેલ મેળવી રખ કરો. (૫) સાખરસીંગનો  
 ગરમ ધસારો લગાડી ઉપર એરંડાના બાફેલાં પાન બાંધો. (૬) વરીયાલી  
 દ્રાક્ષ સિસોડાનો ઉકાળો પીવાથી કફ પાતલો થશે. મધ કે ગરમ પાણીમાં  
 સાખરસીંગની બરમ ૪ રતી જેટલી આપવાથી કફ નીકળશે. (૭) દસ  
 તોલા પાણીમાં દ્રાક્ષ ૧ તોલો મરી પાવલીભાર મેળવી ઉકાળી ચોથો ભાગ  
 રાખી ગરમ ગરમ ત્રણ કલાકે પીવાથી કફ નીકળશે. ત્રણ કલાકે મધ સાથે

ઉંચરાલુ દુધ ચટાડવાથી ક્ષય નીકળશે. (૮) વાવડીંગ પુદ્ગો સુંઠ મરી ઉકાળા તેનો ક્વાથ પીવાડવાથી આરામ થશે. (૯) પીપરચિત્રકમધચટાડો. ચોક્કસ ઉપાય

### ઉલટી રોગ :

ધાના સાથે હારંગી પાણીમાં બીજવી પીવાથી ઉપકા બંધ પડશે. ખાંડ ઉપર લવંગના તેલના બે ટીપાં પીવાથી મટશે. (૧) ખાંડ માખણ ચાટવાથી વાયુની ઉલટી રોકશે. સુંઠ સાથે ખીસા (બેલ) નો ક્વાથ પીવાથી ઉલટી તથા કોલેરા મટે. (૨) ચોખ્ખાના પાણી સાથે બેલનો મગજ પીવાડવાથી ગર્ભવંતીની ઉલટી રોકશે. (૩) ખાવડની સીંગ (ફલી) ખાવાથી દરત બંધ થશે. (૪) વડની જડાની રાખ અથવા અંકુરો ખાવાથી ઉલટી બંધ થાય. વડની નરમ કાલીનો કાંટ પીવાથી લોહીની ઉલટી બંધ પડશે. (૫) લાખન પાણીમાં મધ પીવાથી લોહીનું વમન બંધ થશે. (૬) મધમાં લાખની જુકી ચાટી ઉપર માખણ દુધ પીવાથી ઉલટી તથા ખઢી મટે. (૭) ચાવડા પાણી સાથે ધાના સાકર આપવાથી ગર્ભવંતીની ઉલટી સુપ થશે. (૮) પાણીમાં અથવા મધમાં કમલકાકડી ચટાડો. (૯) ખાંડ સાથે અંકાસના મુળની જુકી આપો. મધમાં ચંદન જુકી ખાવાથી મટશે. (૧૦) આમલીનું સરખત પીવાથી પિત્તની ઉલટી શાંત થશે. (૧૧) નામકેસર સાથે અર્તિવધની જુકી લેવાથી ઉલટી બંધ થાય. (૧૨) મધ સાથે અરકુસીનો રસ ચટાડવાથી ઉલટી લોહી ખાંસી ખઢી બંધ પડશે. (૧૩) મધ સાથે લવંગના પુલ અને અજમેા ચાટવાથી શાંતી થશે. (૧૪) આદુ મધ તુલસીનો રસ ચાટવા આપો. (૧૫) નારંગી જાતની જુકી જુકી મધમાં આપવાથી ફેતેહ મલશે. (૧૬) ખાંડ લીંબુનું સરખત જવાળ આપશે. (૧૭) પિત્તપાપકનો ક્વાથ પીવાડો. (૧૮) કાંદોનો રસ શરીરે મસજવાથી લુપ્ત અસર દુર થશે. ખાંડ સાથે ખાખરાનો રસ પીવાડો. (૨૦) ઈન્દ્રાણીની જુકી બે ચપતીપુર ગરમ પાણીમાં પીવાથી આમ ક્ષતિયા કમજીવાત તુટશે. (૨૧) ફક્ત કેળું ખાવાથી ઉલટી બંધ પડે છે. (૨૨) પીલુંડીના રસમાં ટંકનખાર પીવાડો. (૨૩) તજ લવંગનો કાઢો



અક્ષીર છે. (૨૪) ચણા ખવાડો અથવા મમરા ખાવા આપો. (૨૫) મધ સાથે અંદન છુકો ચટાડો. (૨૬) દુધમાં ચુનાતું પાણી પીવાડો. (૨૭) જટામાસી પીસી-પાણીમાં પાવલીભાર પીવાથી કફની ઉત્તરીનો અંત આવશે. (૨૮) જાંબુલ ખાવાથી બંધ પડશે. (૩૦) જાંબુલની છાલ ઉકાળી પીવાથી ચૂપ થશે. (૩૧) છરોની ધુમાડી આપવાથી જુની ઉલટી પશુ બંધ થશે (૩૨) તુલસી રસમાં એલચી પીસી પીવાથી વાત તથા પિત ની ઉલટી અવશ્ય રાંત થશે. (૩૩) ખાંડ સાથે દાઝમનો રસ પીવા આપો. (૩૪) ખાંડ હળદ સાથે સોપારીની ભુટ્ટી ફાંકવા આપો. (૩૫) એકલાં પરતાં ખાવાથી ગભરાટ તથા ઉલટી મટશે. (૩૬) નાસપતી ખાનાથી મટશે. (૩૭) પેટપર રાખતો લેપ કરો. (૩૮) મરીની આલે પીવાથી મટશે. (૩૯) જલ્દદ કોરીથી મટશે. (૪૦) એલચી કુદનો મટાડશે કંથમાળા :

(૧) એકલી અલસી અજમાની આલેમાં મધ પીવો અથવા મેથીની લાજીનો રસ સવારે પીવો. (૨) ગરમ દુધમાં મુળાના બીજ વાટી લગાડો. (૩) વજુનું દુધ લગાડો. (૪) અખરોડના પાન ઉકાળી પીવો અને લગાડો. (૫) ધાના અને જવનું પાણી પીવો અને લગાડો. (૬) નવસારનું પાણી લગાડવાથી કંઠનો સોજો ઉતરે. (૭) સરસાની છાલ ઉકાળી લગાડવાથી કાષ્ઠી સોજો દુર થય. (૮) ગરમાલો (અમલતાસ)ની જડ ચોખાના ધુવનમાં મેળવી ખાવાથી કંઠમાળ મટે. (૯) નંગોડની જડ ઘસી નાકમાં ટપકાવો. (૧૦) તલના તેલમાં નંગોડ પાનનો રસ ઉકાળી લગાડવાથી કંઠમાળ મટે, હાડકા સધાય, જખમ રાખ. (૧૧) ઠાન નીચે ખાખરાની જડ ઘસી લગાડો. (૧૨) બરીકીનું શીણ લગાડવાથી કંઠમાળ મટે. (૧૩) ચુનાતું પાણી લગાડવાથી અને દુધ સાથે ચુનાતું પાણી સવા તોલો ત્રણ કલાકે પીવાથી પીપઘર સુમડાં ગાંઠ કંઠમાળા રૂઆંધને સાફ થશે. (૧૪) દેવદર સાથે ઇન્દ્રામણી પીસી લગાડવાથી કંઠમાળ મટે. (૧૫) વાકેરીનું મુળ દુધમાં કે પાણીમાં લગાડવાથી કંઠમાળ દફે થશે. (૧૬) ફક્ત પીસેલા લીમડાના પાનનો રસ લગાડવાથી કંઠમાળ બેરૂઝ જશે. (૧૭) ગરમ દુધમાં આંકડાની જડ પીસી

લગાડો. (૨૦) મધ સાથે પાવલીભાર ચોપચીની છુટી ચાટો. (૨૧) તુંબા અને તોડનો રસ સુંઘવાથી કંઠમાળ મટે. (૨૨) શેતુરનો સરખત કંઠમાળ મટાડે. (૨૩) ગરમ આવલના ધોવણુમાં લાંગરાનું સુળ લગાડવાથી મટે. (૨૪) ગરમ પાણીમાં સુંઠ તથા લાંગરાનું સુળ પીવાથી ખહી શ્વાસ અને કંઠમાળા ચોક્કસ મટે. (૨૫) ગોરખમુંડીની જડ પીસી લગાડો. (૨૬) રાધ સાથે કલોજી પીસી સુંઘવાથી મટે. (૨૭) લીમડાના તેલમાં પીપર અને વજ મેળવી નાકમાં ટીપાં નાંખવાથી મટે. (૨૮) ઢાડ લીવર તેલ કે હેલીબટ કેપસુલ સંત્રાના રસમાં લેવાથી મટે. (૨૯) મગ પંડવવ કારેલાં સુરણ ઉકાટી અને બાફ હોતકારી છે. આયોડીન ખુટવાથી રોગ થાય, (૩૦) સરખંખાની જડ ઘસી લગાડો.

**હૈઝા વિશુષ્ટિકા કાલેરા :**

• (૧) અપ્રામાર્ગની જડ પીસી પાવલીભાર પાણીમાં પીવાથી મટે. (૨) લીંણુના રસમાં આમલી ધુટી પીવાથી સોજો ઉતરે. (૩) આદુના રસમાં આકડાની જડ વાટી ચનાપૂર ગોલી બનાવી આપવાથી અસાધ્ય રોગી બચી જશે. (૪) ખાસ છીપાવવા નારીયેલનું પાણી આપો. (૫) નાળીયેલ પાણીથી ઉકાટીનું તેલન પણ બંધ થશે. (૬) એ ઉપાયથી અડગરી ચોક્કસ મટશે. (૭) અજમા સાથે ઉન્દ્રામણા ફળની છુટી ઘોડી આપો. (૮) પાણી સાથે ખરેટીની જડ અરધો તોલો પીવાડો. (૯) હીંગ વજ કપૂર અને લાલ મરચાંની છુટી મેળવી ગોલી આપો. (૧૦) કૌચાની જડ ઉકાળી તેમાં મધ ઉમેરી પીવાથી કાલેરા મટે. (૧૧) સેકેલી જવંત્રી ખાવાથી મટે. (૧૨) ગરમ પાણીમાં ખાંડ અરધો તોલો અને નાળીયેરની જડાની ભરમ પાવલીભાર મેળવી આપો. (૧૩) ગરમ પાણીમાં પીસેલી જાયફળની છુટી શરીરે ઘસો. (૧૪) તંબાકુનો ધુમાડો આપવાથી કાલેરાના જંતુઓ નાશ પામે, (૧૫) લવંગનો ઉકાળો પીવાથી તૃષા ઓછી થશે. (૧૬) જોરાવર હુમલો હોય તો એ પાસલીઓ ઉપર હામ મુકો. (૧૭) રાધના તેલની માલીસથી અકિચ તથા પિચ ચાંત થશે. (૧૮) મધ સાથે

અરીઠનો મગજ ઘુટેલુ પાણી પીવાડો. (૧૯) ઉલટી ઝાડા વખતે સાદુ  
 ઠંડુ પાણી કદીખી આપશે નહીં. (૨૦) પીપલાની કોમળ થાખા યુસવ  
 આપે. (૨૧) કાંદોનો રસ રામખાણ છે. (૨૨) કુદનો આદુ તુળસી  
 કાંદોનો રસ કાઢી મધ સાથે આપો.

**ઉલટી કલાવવાના ઉપાયો :**

(૧) ગરમ દુધ સાથે ઘેણાવજની ભુટી પાવલીભારથી અરધા તોલા સુધી  
 આપે. (૨) આકાનીજઠ ઉલટી લાવે (૩) કર્વે વામક ઔષધીમાં મીઠા શ્રેષ્ઠ  
 છે. (૪) બીજે નંબરે અરીઠનું પાણી પીવા અપાય છે. (૫) રાત્રનું ગરમ પાણી  
 ઉલટી લાવશે. (૬) મદનાદ યુથું ઝંકુકામંસીમાં તૈયાર મલશે. એ ઉલટી  
 લાવનારી ઝેર નાશ કરનારી કફ તોડનારી ઉત્તમ ભુટી છે. એમાં આંકડો  
 જેઠીમધ અને મીઠાની મેળવણી છે. (૭) એકલી જેઠીમધના કવાચમાં રાઈ  
 પીવાથી ઉલટી થશે. (૮) પેટમાં ઝેર ગણુ હોય તો આનંદ ઉપર મોરચુચુ  
 પુલાવી એક રતી જેટલી ભુટી આપી ઉપર પેટ ઘરનું ગરમ પાણી પીવા  
 જણાવો. (૯) નીમક સાથે અંચુરનો સરકો પીવા આપો. (૧૦) અંકાલના પુલની  
 ફાકી પાવલીભાર લેવાથી ઉલટી થશે. (૧૧) સ્વાસ્થ્ય માર્મમાં ઉમેલી નાડતણ  
 આમ તથા કફની જમાવટ તોડવા ફેટલાક હડીમો ધન્દામણીની જડનો  
 કેનારાસ રસનો જોલાળ આપે છે. તેનાથી સંપૂર્ણ શુદ્ધી થઈ જાય છે.

**અડગારી :**

(૧) કેરીના મુકાં પાનનો ધુમાડો લેવાથી અડગારી મટશે. (૨) નારીયેલની  
 ફાદીની ભરમ પાણી સાથે આપે. (૩) ફટત શેરડીનો રસ પીવાથી હેઠ  
 દુર થશે. (૪) જોજન બાદ અડગારી (દિકકા) ચતી હોય તો અચ્છો આપે.  
 (૫) આંકડીમાં ઠંડુ પાણીમાં બે રતી સિંધા નીમક મેળવી નાડમાં  
 ટપકાવવાથી એક મીનીટમાં જ અડગારી શાંત પડશે. (૬) તાવની ભુટી  
 ફાડવાથી ગુરદની ખીમારી ખારી સાથે અડગારી પણ સ્થિતિ દો. (૭)

ગલો - સાથે સુંઠ મેળવી તપકીર માફક સુંઘવાથી મટે. (૮) ગરમ ઘી પીવાથી મટે. (૯) ચનાનો ધુમાડો તંબાકુ માફક શ્વાસમાં લેવાથી મટે. (૧૦) ચંદન-ધાનાનો ભુકો સુંઘવાથી મટે. (૧૧) સિંધવની ભુકી પાણીમાં મેલવી નાકમાં ટપકાવવાથી મટે. (૧૨) સરકામાં જીરું પીસી પીવાડવાથી શ્વાસ તથા ઉલટી જનને મટે. (૧૩) ફક્ત ગરમ દુધ પીવાડો—ઉલટી બંધ થશે. (૧૪) પુદીનો ખાંડ ચાવવાથી મટે. (૧૫) મધ સાથે જેઠીમધ ચટાડવાથી મટે. (૧૬) દુધમાં લાખનો ભુકો મેલવી નાકમાં ટપકાવવાથી મટે. (૧૭) આદુ મધ સાથે ચાવવાના કાંટા પીસી પીવાડો. (૧૮) સુંઠ-હરડે સાથે ગરમ પાણી પીવાડો. (૧૯) મધ સાથે સુંઠ પીપર ચટાડો. (૨૦) ફક્ત અડદ અને હીંગનો ધુપ લેવાથી અડગરીનો અંત આવશે. (૨૧) ખદામ સાથે હીંગ ખાવાથી મટશે. (૨૨) હલદના ગાંઠિયાનો ધુમાડો અડગરી ચૂપ કરશે. (૨૩) બરફમાં ઠંડું કરેલું નાળયેરનું પાણી અઢેક ચમચી પીવાડો.

**ખાંસી :**

(૧) મધ સાથે પીપરીમૂળ બહેડાંની જાલ તથા પીપર ચાટવાથી દરેક ખાંસી દૂર થશે. (૨) મધ આદુ સાથે એલચીની ભુકી ચમચીમાં મેલવી ગરમ કરી ચટા. (૩) માયા, દલદનો ગાંઠિયો, 'સેકેવાં લવંગ', બહેડાંની છાળ આદુનો ટુકડો કાઢી એકજ દ્રવ્ય ચુસવાથી ખાંસી ખનમ થશે. (૪) મરીચ્યાદિ ગોલી ચુસવાથી દરેક પ્રકારની અને ખડીની ખાંસી ચૂપ થશે—એમાં મરી પીપર જર્વખાર ઘામ છાલ અને ગોળ છે—કામંશીમાં તૈયાર મહે છે. (૫) જે તોલા ગોળમાં એક તોલા પીપર ઘુટી મોટી ગોલી બનાવી ખાવાથી જીનો તાવ, મંદાગ્નિ, અચ્ચી કરમ, લોહીની કમી, શ્વાસ, ખાંસી, તાવ, અજીરણ, સંધીવા, અડગરી અને હૃદયરોગ નાશ પામે—આયુર્વેદનો આ સાદા પ્રયોગમાં ચમત્કાર જોવો! (૬) સિતોપલાદી ચુણું મધમાં ચાટી ઉપર મસ્ટો ખાંડ ખાઈ લેવાથી પિત રક્તદવાખ, તાવ,

કમળો, અરૂચી, પાંસલી પીઝ, ગજાના ગંગો, જીલના દર્દો, દાઢ, મંદાગ્નિ, શ્વાસ, ખાંસી, તથા ક્ષય રોગ નાશ પામે. મોતીની છીપ કે ચાંદીની લાસ્ય ઉમેરવાથી ખહીરોગમાં ઝડપી અસર જનાવે. (૭) અરકુસી પાનમાં સુંકે ખાવાથી મટે. (૮) એકલા અંજીર ચાવવાથી સુકી ખાંસી તથા ખહી મટે. (વૈદરાજ રમેશ વેદી) (૯) પાનમાં અજમો ચાવે. (૧૦) દસ ટીપાં લીંબોલી તેજ પાનમાં ખાવાથી શ્વાસ તથા ખાંસી બન્ને દેશવટો લેશે. (૧૧) અરકુસીના કવાથમાં નવસાર પીવાથી હડખી ખાંસી ચૂપ થશે. (૧૨) નાગ કેસરીની ફાફી લેવાથી કંઈતું જોર ઓછું થશે. (૧૩) ચોખાના ગરમ પાણીમાં ધાના ખાંડ પીવાથી શ્વાસ-ખાંસી દૂર થશે (૧૪) આમલા—ખાંડની ફાફી પુરાણી સુકી ખાંસી દપત પાડશે. (૧૫) મધ સાથે અરકુસી રસ ચાટવાથી લોહીવાહી ખાંસી તથા ખહી મટવાનો અનુભવ થયો છે. (૧૬) વાસા અવલેહ અથવા કંટકારિ અવલેહ અથવા કુસમીંડ (કાળાપાક) અવલેહમાં ખાંસી શ્વાસ ક્ષય દૂર કરવાનો શુભ છે. (૧૭) મધ સાથે સેકેલી અમસીનો છોકો ચડાડો. (૧૮) ખાંડ સાથે ગરમાઓ ખવાડો. કોપરલથી ખાંસી મટે. (૧૯) કોપરાતુ દુધ પીવાથી ખાંસી શ્વાસ ખહી મટે. (૨૦) જોજન બાદ કોપર ચાવવાથી મટે-૬૬ ટકા સફળ પ્રયોગ છે. (૨૧) ગાયના દુધની જગાએ કોપરાતુ દુધ કામમાં લેવાય તો-એક નાળીયેરના દુધથી મોટા કુટુંબની માગ સંતોષી શકશો. (૨૨) એમાં કેસ્ટર ઓધત જોડે રચક શુભ છે. (૨૩) ખાનમાં ઉટકંઠાની છાસ ખવાડો. (૨૪) કરંજની સીંગ માળાશ્વે પહેરવાથી અને એના મગજની છુકી ખાવાથી હડખી ખાંસી શાંત થશે. (૨૫) મધ સાથે કરમડાના પાન ચાવે. વેંગશા પકારી ખાવાથી કે કારેવાનો રસ પીવાથી ખાંસીમાં અદ્યુત ફાયદો થશે. (૨૬) આદુ મધ સાથે કુલીંજન છુકી ચાટવાથી બનમબવાહી ખાંસી મટશે. (૨૭) આદુના રસમાં તાલીસપત્ર ચડાડો. (૨૮) પીપર મધ સાથે તેજપાતની છાન ચાટવાથી ખાંસી તથા સલેખમ મટે. (૨૯) અગ્નિતુંડી ગ્રાહીમાં ઝેરકેયલું છે. તે

ખાંસી સાથે અશક્તિ પણ દૂર કરશે. (૩૦) મધ સાથે કંદિનો રસ કે સલગમનો રસ પીવાથી ખાંસી મટશે. (૩૧) ગાંજર કે કરચલાનો ઉકાળો પીવાથી મટશે. (૩૨) દુધ-પાણીમાં લસન ઉકાળી પીવાથી મટશે. તલ-ખાંડ શકવાથી સુકી ખાંસીમાં આરામ થશે. (૩૩) દાઝમના પુલો ખાવાથી મટશે. (૩૪) પીપરને ચીલમમાં ભરી ધુમાડો આપો. (૩૫) મકાઈની રાખ બે રતી ચાર કલાકે શકવાથી સહેખમ તથા હાડખી ખાંસી જશે. (૩૬) મહુડાના પુલ અથવા પાનનો ક્વાથ પીવાડો. (૩૭) ફક્ત મધમાં મરી ચઢાડી અમત્કાર બેવ. (૩૮) આખાં મરી આવવાથી ખાંસી સુપ થશે. (૩૯) મધ સાથે જેડીમધ ચાટવાથી બલગમ પાકી બહાર આવશે. (૪૦) ફક્ત હળદની છુકી શકવાથી મટશે. (૪૧) ગરમ દુધમાં સુંઠ પીવાડો. (૪૨) આદુના રસમાં પીપર એલચી કાચો ખુરાસો ચાટો. (૪૩) ઘોડાવજ ચુસો. (૪૪) ફટકડીનું પાણી પીવાડો. (૪૫) અરજુનના ચિરદ અકસીર છે. **ભરમક રોગ—બેહુદ ભુખ :**

મંદાગ્નિમાં રૂચી થતી નથી. જ્યારે ભરમક રોગમાં જરૂરિયાત અતિથિ તેજ હોય છે. પ્રુષ્ઠજા જમી લેવા છતાં રોગીને સંતોષ થતો નથી. જે ખાધ તે ભરમ થઈ જાય આ રોગમાં કંઈ કંઈ થઈ પિત વધી જાય છે. (૧) બીજવેલા ચનાનું પાણી પીવાડો. (૨) ઘી સાથે પાકેલાં ફળાં સવારે ૪૧ દીન ખવાડો. (૩) દુધ સાથે શુદ્ધરત્ની છાસ એક તોલો આપો. (૪) દુધ સાથે વિદારી કંદની છુકી ધુંદી મોઢી માત્રામાં ખવાડો. (૫) વીસ તોલા ઉટડીના દુધમાં દસ તોલા આવલ પકાવી ત્રણ દીન ખવાડો તો ૧૨ દીવસ ભુખ નહીં લાગે. (૬) અઘેડાના બીજનો છુકા દુધ સાથે પીવા આપો. (૭) સવારે કરાંચીનો હલવો ખવાડો. **તૃપા રોગ—ખ્યાસ :**

પંડિતોએ ૭ પ્રકાર બતાવ્યા છે. વાત, પિત, કફ બળનના, આમ અને બોજન. (૧) લીમગનું સરખત આપો. (૨) અગરનો

ઉકળેા પીવાથી તાવ તથા તરસ મટી જશે. (૩) બીંબવેલા ગોળતું ઠંડું પાણી પીવાથી પ્લાસ દુર થશે. (૪) ઠંડા પાણીમાં મધ કે સાકર પીવાડો. (૫) ઉકળતાં પાણીમાં ચાંદી બીંબવી રાખી ૨૪ કલાકે તે પાણી આપેા. (૬) ગુલકંદ પ્લાસ નાશક છે. (૭) ખાંડ સાથે ગુલાબના ફુલ ખવાડો તો ગુલકંદનું કામ આપશે. (૮) દહીં-ગોળ ખવાડો. (૯) મધ-પાણી નાકમાં ટપકાવવાથી અને મધ-પાણી પીવાથી દેહ દુધ સુધીની તૃપ્તા મટે છે. (૧૦) જેઠીમધ ભુકી સુંધવાથી મટે. (૧૧) સરકામાં નીમક ઉમેરી એક ચસચી જેટલું પીવાડો. (૧૨) ઠંડા પાણીમાં સરકા ડોહવી પીવાડો. (૧૩) ખાંડની ચાસણીમાં સરકા ડોહવી દાઝમતું એસંસ નાંખી ચાલાક વેપારીઓ સીકંબખીજ સરખત, વીમટો, કેકા કેસા તરીકે ધરાકોને ધાબશે છે. (૧૪) સુંઠ તથા જવખાર ગરમ પાણીમાં પીવાથી બમંકર પ્લાસ મટી જાય. (૧૫) જુદા મુલકના પાણી પીવાથી પણ પ્લાસરોગ લાગુ પડે છે.

**કબજયાત—ઝાડાની રુકાવટ :**

(૧) બંધકોપ બધા રોગોનું મુળ છે. (૨) પેટમાં જમા થયેલો મલ હળચે બીમારી પેદા કરે છે. (૩) સવારે પાકું પપાઉ ખવાડી, ઉપર ગરમ પાણી પીવા કહો. (૪) ગરમાળાના બીજ જોશામ લાવનારાં છે. (૫) ઇસબગુલ, મીઠું, તેલ, ખારેક, કાપરું, કેતું, યુલું, કાંઈબી એક ચીજ જમ્યા પછી ખાવાથી કબજો તુટશે. (૬) કસુંબાના બીજમાં ઝડો પીસામ લાવવાની તાંત્રીર છે. (૭) કપીટો વા તોલા ખાવાથી ત્રણ પેટ સાફ આવી છુપી છાવણીમાં છુપાયેલા કરોએ બહાર આવશે. (૮) પાંચ રતી કોચાના બીજથી પીસામ છુટશે (૯) પેલો તોલા નીરમલી ફળ ખાવાથી ઝડો મુલશે. (૧૦) ઉત્તમ ઝડો-પેસામ લાવનારું દ્રવ્ય હરડે. (૧૧) ઠંડા પાણીમાં ડોહવી પીવો. (૧૨) મપાણુ કદા રુજાય, એક રમખાથી બે ચચમા સુધી.

(૧૧) સોનામખી ખાવો. (૧૨) જમવા અગાઉ એક ગયાસ ગરમ પાણીમાં એક ઠાંચુ ઈંડુ મેલવી પીવા આપો. (૧૩) મંજીયાદિ ચુર્ણ લેવાથી ઝાડો ખુદી લોહી સાફ થશે. (૧૪) નરસીદ ચુર્ણથી ઝાડો થઈ હરસ મટશે. (૧૫) કાલીદરાખ સાથે ગુલાબના ફુલ ભીંજવી તેનું પાણી પીવાથી પેટ સાફ થઈ કીર-અરજ્યાં દૂર થશે. (૧૬) ચાંપાની જડનો ક્વથ જોડાવ લાવે. (૧૭) ફક્ત પીપલાના ફળ ખાવાથી મલશુદ્ધી થશે (૧૮) બદેલાં અંકડાના પાન ઉપર એરંડુનું લગાડી પેટ ઉપર બાંધવાથી જોવાન થશે. (૧૯) પાવલીભાર અરીઠાનો મગજ ખાવાથી કમ્મ નીકળશે, કફ તુટશે, ઝાડો સાફ આવશે. (૨૦) પેશાશીન જોટથી અસર પાકાં ફળામા છે. બપોરે રાતે જમ્યા પછી ખાવા ફરમાવે. (૨૧) અખરોડની ઝાલનો શુક્રા દસ્ત સાફ લાવે. (૨૨) અંકાલની જડ પીસી ફાફી મારો. (૨૩) સરકામાં ભીંજવેલાં અંજીર ખાવાથી કલેજું સુધરે, બરજ મટે, કમળે તુટે, ઈંડક વધે. (૨૪) સુંઠ સાથે ગરણીના બી પીસી પીવે. ખાખરાના બી પેટ લાવશે. (૨૫) (૨૫) એખીયાદી ગુટી કારનર લીવર પીસતું કામ આપશે—પેટ સાફ લાવી લોહી—શક્તિ વધારશે (૨૬) રાતે ગરમ દુધમાં બદામનું તેલ પીવાથી મટશે. (૨૭) જોજનમા તેમ મરડો ચીકણા ભાજી કઢી વધુ લો. બળવધાંક ઉપાયો—મરદાઈ લાવનારા પ્રયોગો :

પહેલા, બે ઉપવાસ કરો. પછી રોજ સવારે કાલા ખજૂરનું પાણી પીવે. (૧) રોજ રાતે એ છું જમો. (૨) હરડેની ફાફી લો. (૩) નાજ-દમણી પાનનો ઉકાળો, પીવાથી નામરદી સંધીના તથા નસેની નીરબળતા દૂર કરશે. (૪) મધ સાથે અગર ચાટવાથી પાચનશક્તિ તથા હૃદયમળ વધશે. (૫) અરણીના પાન સાથે ધાના ઉકાળી પીવાડો. (૬) અંજીર ખાવાથી પુરુષાતન પ્રમળ થશે (૭) અંજીર ખાવાથી બેસ, ચુંકો, આફરો, મંદાગ્નિ દૂર થશે. (૮) પીસેની એલગીનો ફકોભરી ઉપર દુધ પીવાથી વિષની ચાપણ વધશે (૯) હરડે ચાવવાથી પચુ આંતરડામાં સફાઈ આવશે. (૧૦) પાનમાં



વધશે. (૧૧) દુધ ખાંડ સાથે અતિવિષ ખાવાથી બળતી પ્રાપ્તી થશે. (૧૨) એલચી વાંસકપૂદ સાથે અતિવિષ ખાવાથી કોવત વધશે. (૧૩) આમલીનો રાતવસો ભીંજવેલો મગજ ખાવાથી વિષનો ખમ્મનો વધશે-સ્વપનદોષ, પ્રદર ધાતુની ગળતર આ પ્રયોગથી ચરપત બંધ થશે (૧૪) બે આનીભાર રાળની ભુકી ગરમ દુધ સાથે લેવાથી શક્તિ વધશે-ઝાડો ખંધાઈને આવશે-રૂકાવટ વધશે. (૧૫) આસંધ, એખરો સતાવલી, ઇસમગુપ ભુકી, જે ફાવે તે એકનો ભુકો દુધ સાથે લેવાથી નિષ્પનેજ ઝાંખાં શરીરો તેજસ્વી અને ઓગસકુત બનશે (૧૬) દુધ સાથે આસંધ અને બગ લક્ષ્મ લેવાથી ધડપથ્થુની સાકડી છુટી પંદર વર્ષના પૈર્ષા માંક દોડશે. (૧૭) રાતે દુધ સાથે-સુંઠ આસંધ અને ગોપચીનીનો ભુકો બે આનીભાર લેવાથી ઉત્તમ પ્રકારે ધાતુપૂર્ણ થઈ સંધીવા લકવો કમજોરી ચાર દીનમાં અસોપ થશે. (૧૮) દુધ સાથે આસંધ યુર્જ રાતે લેવાથી ધસપસાત નિદ્રા આવશે. (૧૯) એવના સેડીવા કવેકર ઓટ નોજ અરક છે. (૨૦) હોઠોપાથ વેપારીને ત્યાં મલશે. (૨૧) ભોજન ખાદ્ય પાનમાં આખરાનો અરક પટીપાં અને મગેડીનું પુલ્લ ચાવી જાવ. (૨૨) ભીંજવેલી ચિયગોઝા સાથે અંશુગી દ્રાક્ષ ખાવાથી પ્રમાદ આળ ન દુર થઈ ચેતન રૂઢિ અને કૈવલ વધશે. લીમાં ભીંજવેલો ચીરલો કઢિ શક્તિ સપાટાબંધ વધારશે. (૨૩) પાચન શક્તિ વધારવાનો, હવા શુદ્ધ કરવાનો, વિચારી તત્વો અને ઝેરી જંતુઓને મારવાનો, કાલેરા એથી રોગો સામે રક્ષણનો કાલ્સો ઉભો કરવાનો ગુરુ કાંદામાં છે. (૨૪) લીંછુ ઇસન લીમડો હરડે માંક કાંદાની બદ્ધગુણી ત સીર નોંચતા રહેજો. (૨૫) દિનો રસ નાકમાં ટપક વાવોથી ચેતન આવશે. (૨૬) આંખમાં આંજવાથી તીવ્રો કપાશે. (હકીમ મોલવી) (૨૭) ધાતુદોષ મટાડી તાવદ ન શરીરને પાસડાં બતાવવનો ગુરુ કેળામાં છે-અપોરે રાતે અકેક ખાવાથી રૂકાવટ થશે. (૨૮) સવારે ૧૦૦ ખાવાથી જૂખ મરી જશે. (૨૯) સત વર્ષાદિ યુર્જ દુધ સાથે લેવાથી પેડપાચંદને પાકો પુરુષ બનાવશે. (૩૦) કપાચના

મગજની ખીર ખાવાથી બદન ખીલશે—માતાની છાતીમાં દુધ ઉભરાશે. (૩૧) લેક્ટોજોલિના ડાઘમાં કપાસના ખીયાનો ભુકો છે (૩૨) કપાસના ખીયામાં 'અરગટ' જેવોજ પ્રસૂતી લાવનારો ગુણ છે. (૩૩) સમાગમ પછી તાવેયુ માખણ અથવા ગોળ અથવા ગાયનું ઘી પીવાથી શક્તિની સીલકમાં ઘટાડો થશે નહીં. (૩૪) કુલથીનો ઉકાળો રોજ ચાર વખત પીવાથી અને ખીજો ખોરાક બંધ કરવાથી, માંસના હુંગરો ગુરુછેરી જેવા ધાત્રીના બનશે કારણ કુલથી પોતે જ ખોરાક છે (૩૫) મધ સાથે ચંપાના પૂંપો આડવાથી બળ વધશે (૩૬) દુધ સાથે જાયફલ ખાવાથી જોર વધશે. (૩૭) માલકાંઠણી ખી અથવા દસ ટીપાં મ્રલકાંઠણી તેલ દુધ સાથે ખાવાથી નપુંસકતા નાહસી નવ યોવનની પ્રતી થશે (૩૮) તથ અલસીનો કવાથ પીવાથી મરદાષ વધે (૩૯) શેતુર રોટલી સાથે ખાવાથી સુકાં શરીરો વળન પડશે. (૪૦) શેતુરના પાન ૪૦ તોલા ગાયને ખવડાવવાથી લગ્નપૂર દુધ આપશે. (૪૧) દુધ સાથે ઘોડાવજ ખાવાથી ૩૦ દીનમાં જ યાદદારત લબુકી ઉઠશે. (૪૨) મધ સાથે પૂંકરમળ ખાવાથી પૌષ્ટિક તાસીર બતાવશે. (૪૩) મહુડાના ફલ ૨૫ તોલા એક કપ દુધ સાથે પીવાથી શ્વાસ રોગ નબળાઈ દુર થશે. (૪૪) ખાંડ સૈથે ઘસી મુસલી બળ આપશે. (૪૫) ખાંડ સાથે ગુંદીના પાન ખવાડો. (૪૬) સવારે કાચું ઈંડું ખીવો.

### ચેટની પીડા :

(૧) ચોવાઈ ભાજનો કવાથ પીવાડો. (૨) સંચળ સાથે અજમે-તાલીસ-ખતની ફાજી આપો. (૩) જાયફલ ચાર રતી ખાવાથી રાજ અતિસાર મંદાગિન દૂર કરશે. (૪) જાંબુડનો સરકો પીવાડો. (૫) ગરમ પાણી સાથે પાચ-તી જટામાસી ભુકી મેલની આપો. (૬) જાયફલ જાવંતી સાથે રૂઢ કુચલાની ભુકી મેલવી બે રતી આપો. (૭) તુવસી પાનમાં આદુ મુકી ચાવવા કહે. (૮) ફકન ઘામનો રસ પેટનું શળ શાંત કરશે.

(૯) ઘીમાં તરેલી સુકે ખાવાથી આરામ થશે. (૧૦) મરચાંની બુકી ગાળમાં મેલવી ખાવાથી જરૂર ફાયદો થશે. (૧૧) દુધસીના બીજની ફાકે સેવાથી શૂળ મટ્યું છે. (૧૨) મસુર પકાવી થોડા ખાવાથી કે મસુરની દાલનો સુપ પીવાથી પીડા દૂર થશે. (૧૩) નંખરમોચની જડ આવવાથી ગણા તથા પેટના રોગો દુર થશે. (૧૪) મુળાના રસમાં નીમક પીવાડો. (૧૫) ગાળ સાથે ખીસેલી મેથી ખવાડો. (૧૬) સુંદ-ગોખરનો ક્વાથ સવારે પીવાથી પેટનો ચુકો જલદી ચાંત થશે. (૧૭) ગોમુતરમાં સોનામખી ખાવાથી પેટનો સોનો મટશે. (૧૮) ઘોપ્રવજ સાથે સોનામખી ખાવથી વ્રાયુગોળા દૂર થશે. (૧૯) મંચળ સાથે આંખા હથ્થરની બુકી અરધો તોલો આપો. (૨૦) લીંબુના રસમાં સુકે તથા આમલસારો મધ આપો. (૨૧) સુકો પુદનો સોદા બાષ્પકર્ષ અથવા સોદા-મીનટ ટેલલેટ આપો. (૨૨) દુધસી પાન ખાવાથી ગેસનો નીકાલ થશે. (૨૩) સેકેલાં કાચકાનો મગજ પીપર સાથે ગરમ પાણીમાં આપો. (૨૪) સુવા મેથી સેફી તેની સાથે મંચળ આપો.

### જલંદર :

(૧) નીમક ઝેર છે. (૨) દુધ તથા લીંબુના રસની છુટ છે. (૩) મુળાના પાનનો રસ પીવાથી મટે. (૪) બીજા ખોરાકની મનાઈ છે. (૫) અંકાલની જડ ૧૦ રતી બુકી ફાકવાથી જોલાળ થઈને મટે. (૬) અપા-મર્જાનો ક્ષાર કલડીના ઉકાળામાં આપવાથી મટે. (૭) આંકડાના પાનમાં હળદ ખવાડો. (૮) જલંદર મટાડવાનો ગુણુ અકકલકરામાં છે. (૯) મીટી ખટોલની જડ ઉકાળી પીવો. (૧૦) કાંદોનો રસ પીવાડો અથવા કાંદા ખવાડો. (૧૧) ગરમ ઝેરંડીયા તેલમાં ઉશક ગુંદર વાટી પેટપર લગાડો. (૧૨) કાંદાના બી જલંદર ઉપર રામબાણુ છે. પીલુડીના પાન (મઘ્મ) પકાવી તેનું શાક ખાવાથી જલંદરનું પાણી ઝોણું થશે. (૧૩) એકડું ગરમ દુધ પીયા કરવાથી જલંદરનું ઝેરી જલ ખાલી થશે. (૧૪) મંચળ દુધમાં અથવા

મધમાં હરડે ચાટવાથી પેટ નાનું થાય. (૧૫) તાડગોળાનું પાણી પીવે. (૧૬) નીમક જટામણી સરકામાં પીસી પેટપર લગાડવાથી ઘેરાવો નાતો થશે. (૧૭) એકલું ગોમુતર રાઈ સાથે મેઘવી પીવાથી જલંદર મટ્યાં છે. (૧૮) દસ તોલા પાણીમાં ચાર તોલા ચના ઉકાળી પાંચ તોલા રહે ત્યારે ઉકારી ગરમ પીવાડો. (૧૯) એખરાની જડ ૧ તોલો પાણી દસ તોલામાં ઉકાળી પીવાથી જલંદર મટે. (૨૦) રાતે બીજવેલાં એખરાના પાન સવારે ઉકાળી પીવાથી મુત્રમાર્ગે જલંદરનો જમાવ ખાલી થશે. (૨૧) મધ સાથે કારેલાનો રસ પીવાથી જોલાખ ચઢ પેટનો બોજો ઓછો થશે. (૨૨) આમઝાનાં રસમાં સોનામખી ભુકી પીવા આપે. (૨૩) જસોદરાઈ ગોળા અકશીર છે. (૨૪) ગાંજર સાથે સીંધવ નીમક મેલવી પેટે લગાડવાથી જલંદર મટશે. (૨૫) સરકો પીવાથી મટશે. (સ્વામી અચલરામજી) મેથીના દાણા ઉકળતાં પાણીમાં બીજવી ગલી જવાથી જલંદર, ખાંસી, બરળ કલેજનો સોજો દૂર થશે. (૨૬) ગોરખમુંડીના ક્વાચમાં એરંડાનું પીવાડો. (૨૭) આંકાના દુધમાં મરચાંની ભુકી મેલવી ગોલી ગલવાથી જલંદરનો નાશ થશે. (૨૮) ચાર તોલા પાણીમાં બે તોલા મધ પીવાથી મટે. (૨૯) સાટોડી પચાંચ પીસી પેટપર બાંધે. (૩૦) સાટોડીના ઉકાળામાં મુરોખાર પીવાડો. (૩૧) સાટોડીની બાજી ખવાડો.

### કૃમિરોગ

(૧) લીંમઝાના પાન ચાવે. (૨) નાળાયેર પાણી પીવે. (૩) કાપર ખાવે. (૪) કાંદો પપાઉ લસન અનેનાસ મધ તુલસી કુદનો અખરોડ સીનાપ ગાંજર લીધું અજબો દાઝમની હાલ કરમનાચક છે. (૫) દુધ ખાંડ બાજી મીઠાન કથોત્ર ખાવાથી કરમનું જોર વધશે. (૬) ગોળ સાથે કપીલો અરધો તોલો મેળવી રાતે ખાવાથી સવારે કરમનું લશ્કર બહાર પડશે. (૭) દહી સાથે વાવડીન ચુણું બે તોલા સવારે ખાવાથી કરમની બવણીમાં તરખટ ફેલાશે. (૮) ગોરખમુંડીના બીજ વાટી ફાંકે. (૯) બાંગરાનો રસ

અથવા ગરમ એરંડુ કકન સરસમાં લગાડો. (૧૦) કાકીછરીનો કવાચ આપો. (૧૧) સારરગોટા(કાસકી) મરી સાથે ગોલી બનાવી ખવાડો. (૧૨) અગ્રાજની છાલ ખાવાથી કરમનો નાશ થાય. (૧૩) દુરજમુખીના ખીની શકી આપો. (૧૪) ખાખરાના ખી પાવલીભાર પીસી પીવાડો. (૧૫) ચાંપાના પાનનો રસ બે તોલા પીવા આપો. (૧૬) કાળાના ખીજ વાડી મધમાં ચટાડી આપો દીન રૂળ પર રાખો. (૧૭) બે દીન કરનાથી તમામ કરમોને મારી કુડીને હાંકી કાઢો. (૧૮) દોધીના ખીયાં કરમ નાશક છે. (૧૯) અરીકાનો મગજ કે સોપારીનો છુકો ખાવાથી મટે.

### બરળ-તીલી-કાવલુ-સ્પક્ષીન:

(૧) તલ મુળા અને લીમડના પાન પીસી લગાડો. (૨) ગોળ સાથે સાજખાર ૨૧ દીન ખાવાથી મટે. (૩) કુવારના રસમાં હલદ પીવાડો. (૪) શરપખાની જડનો ઉકાળો સુરોખાર નાંખી પીવા આપો. (૫) શરપખાનું ખીલું નામ પ્તીહારિ...હરડે તથા રોહીડા છાસનો ઉકાળો ખીપર અને જવખાર સાથે પીવાથી ટયુમર વાયુમોસો અને બરળનો નાશ થશે. (૬) ખવાથ તેટલો અજમો ખાવા કહો-ગર આરામ થશે. (૭) પીસેલી રાધ સાથે ત્રીજો ભાગ પુલવેશો ટંકનખાર ગરમ પાણી સાથે બે વખત આપો. (૮) જાંબુકનો સરકો અથવા એકલા જાંબુક ભોજન બાદ ખાવાથી તીક્ષ્ણનો રોગ મટશે. (૯) મધ સાથે ચુનો લગાડવાથી બરળનું દૂર દૂર થશે. (૧૦) એકલું ગાજરનું અથવા ખાવાથી કાવલુ નાશ પામે. (૧૧) મુળાના પાનની રસમાં નવસાર પીવાડો. (૧૨) ગરમ પાણી સાથે વાવડીંગ છુકી આપો તુરીયાના ખીજ પીસી ગરમ પાણીમાં લગાડવાથી સોજો ઉતરશે.

### મંદાગ્નિ :

(૧) આપણા બોધવરૂપી પેટમાં ચાર પ્રકારનો જંદરાગ્નિ દુરધરાએ જોળખાવ્યો છે. સમાગ્નિ, વિષમાગ્નિ તીક્ષ્ણાગ્નિ અને મંદાગ્નિ...કે

વધવાથી પાચક આતસ મંદ પડે. પિત્ત વધવાથી તિક્ષ્ણાગ્નિ, વાયુ વધવાથી વિષમાગ્નિ અને જેના શરીરમાં વાત પિત્ત અને કફ સરખે દિરસે હોય તેની જઠર સમાગ્નિ જાણે. ઉપવ્રત નજરે આ સામાન્ય ફરીયાદ દેખાય છે—પણ સર્વે મંદગીની માતા અને બીમારીનું બીજ તે મંદાગ્નિ છે. (૨) અરણીની જઠ પીસી ખવાથી પાચક રસ તેજ બને. (૩) સુંઠ સાથે અરણીનો ક્વાથ પીવાડો. (૪) પીપર સ્ત્રીમક અગ્રભો ખાવાથી ભુખ વધે. (૫) આદુ લીંબુ સીંધા પીવાથી રૂચી વધે. (૬) અગ્રભો આદુ પપાઉં લીંબુ કરીયાતુ ઝેરકાચલું ચિત્રક—ઝેટલાં દ્રવ્યો અગ્નિ વધક છે. (૭) આમલીનું પાણી હાયદા કારક છે. (૮) આદુના રસમાં મધ ચાટવાથી સરદી ખાંસી મંદાગ્નિ એકકસ મટે—આ પ્રયોગથી બીજી ધણી બીમારીઓ દુર થશે. (૯) નાસપતીમાં પીપર ખવાડો. (૧૦) સુંઠ સાથે અકકસકરો ફાકો. (૧૧) નારંગીની કેસરીયા યોગ ઉપર સુંઠ નાખી ખાવાથી અગ્નિ તેજ પકડશે. (૧૨) લવંગ મરીના ઉકાળામાં લીંબુ નીચોવી પીવો. (૧૩) સરકામાં કાંદલું અચાર મંદાગ્નિ દુર કરશે. (૧૪) ખાખરાના રસમાં સુંઠ પીળે. (૧૫) ભોજન બાદ ખારેક ચાવવાથી પાચન સુધરશે. (૧૬) પીપર કાકડાસીંગ મધ સાથે ચાટવાથી મંદ પડેલો અગ્નિ પ્રદિપ્ત થશે. (૧૭) ખટુમહાની ચટણી ભુખનો ભડકા સળગાવશે. (૧૮) ગોળ પીપર ચાટવાથી અગ્નિ જવાલામુખી જેવો જોરાવર થશે (૧૯) એલીઘાદી ચુરી લેવાથી પાચન ભડીમાં કુશળતા વધશે. (૨૦) સુંઠ-ગોળની ગોળાથી તમામ અજીરણ, નબળાઈ, પીડા, વેદના, સંધીવા માથાના દરદો દુર થશે. (૨૧) હરડે-ગોળ ભુખ જમાડશે. (૨૨) સુનાલુ પાણી, અજીરણ એકકાર હોજરીનો ખટાસ અમલ પિત્તનો નાશ કરી કુષ્ઠ પચાવશે. (૨૩) પાંચશેર પાણીમાં પાંચ તોલા સુનો નાખી ચપટ મેદાની શીશીમાં ત્રણેક મીનીટ હલાવી, ૧૨ કલાક રહેવા દધ, તે પાણી નીતરૂ ગાળી લઈ કામમાં લેશે તો બળરમ્ભથી લાઈમ પોટર ખરીદ્યું નહીં પડે. (૨૪) પાંચ રતી ખુલાવેલો ટંકનખાર

જોગન બાદ આપો. (૨૪) દાઝના રસમાં છૂંદે ખાંડ પીવાથી અરૂચી વૃદ્ધિ. (૨૫) કરીયાતુનો ફાટ પીવાડો. (૨૬) પાવલીબાર મુંદ ઉઠાળી પીવાડો. (૨૭) ધાના પ્રસખસ અને મહિં છુંદી ખીર બનાવી ખવાડો.

**કલેજાના દરદો :**

(૧) બરળ માટે લુદા ઉપાયો નથી. (૨) કલેજાના બ્યાધીના ઇલાજો કાવલુ, તાપ-તીક્ષ્ણી, રપલીનને બરોબર લાગુ પડે છે. (૩) સરકામાં બીજવેલા અંજીર ખવાડો. (૪) અથવા અંજીરના રસમાં જ શંખ ભરમ આપો. (૫) સિંધવ સાથે આંકાના પાનની ભરમ આપો. (૬) દુધ સાથે પીપર પીવાડો. (૭) કેરીના રસમાં મધ પીવા આપો. (૮) લીંછુના રસમાં જવખાર પીવાડો. (૯) દૂધી સાથે છીપની ભરમ આપો. (૧૦) વાવડીંગનો જુકો ગરમ પાણીમાં પીવાડો. (૧૧) કુમારીઆસવ અથવા કુમારનો તાજો રસ પીવાડો. (૧૨) પાકાં પપાઉમાં સેકેલો અળખો ખવાડો. (૧૩) અળખો સંચળ ખાવાથી કલેજાં બરળના દરદો દુર થશે. (૧૪) કરીયાતુનો ઉઠાળો પીવાડો. (૧૫) જાંબુખ ખાવાથી કામદો થાય. (૧૬) અનેનાસ ગુણકારી છે. (૧૭) પાંચ રતી નવસાર ત્રણ કલાકે આપો. (૧૮) કારેલાંનો રસ પીવાડો. (૧૯) કાચનારની અંતરજાલનો ક્વાથ પીવાડો. (૨૦) અમરવેલનો ઉઠાળો પીવા આપો. (૨૧) સુરજમુખીના બીજ ખવાડો. (૨૨) પાંચ રતી જોટલી મોટા એકથાની જુકી આપવાથી કલેજાનો સોજો મટશે. (૨૩) રાષ્ટ્ર સાથે મોટા એકથા વાટી ખાવાથી રક્ત જમાવ વિખરાશે. (૨૪) અલ્હરીનો રસ પીવાથી લોહીનો જામેનો સંગ્રહ ત્યાંથી છુટો પડશે. (૨૫) કંટકારીનો (ભોંયરીંગણી)નો ક્વાથ પીવાડો. (૨૬) જાસ સાથે સમુદ્રજની જુકી ચપટીપૂર આપો. (૨૭) પીપર-મધ ચટાડી ઉપર જાસ પીવા આપો. (૨૮) જાંગરાનો રસ સવારે પીવાથી અલ્લોકિક અસર મળશે. (૨૯) સોંકેલી જાવંત્રી સાથે મરી ગરમ ખવાડવાથી મટશે. (૩૦) કારેલાંના રસમાં ઇન્દ્રામણી જુકી ચપટીપૂર પીવાડો. (૩૧) કારેલાંનાં રસમાં કેસર પીવાથી

ઉત્તમ ગુણુ આપશે. (૩૧) ઘાહમીના ઉકાળામાં ફેસર પીવા આપો. (૩૨) લીમડના પાન આપો. (૩૩) સેકેલો કડુ ખવાડો.

**હરદય-મુળ :**

(૧) સુંઠ-ગોળ કે પીપર-ગોળની ગોલી, ચાટણુ, અથવા ગોળ-પાપરી રામખાણુ છે. (૨) ગોળ સાથે દેવદારની શુકી આપો. (૩) ગોળથી અરધા વજન દેવદાર પીપર કે સુંઠ લેવી. (૪) અપામાર્ગની બીજ અને પાન પીસી પાણીમાં આપો. (૫) નગોડના પાન ઉકાળી તેનો બાફ આપવાથી પગમાં આવેલો સોજો દુર થશે. (૬) સુંઠના ઉકાળામાં એરંડા પીતાથી તમામ પ્રકારના શળ સંધીવા કમરપિડા લકવો હરદયરોગ હરનીપા નાસ્ત પામે. (૭) ઉકળતા પાણીમાં બીજવેલી મેથીના દાણા એક ચમચી પી ઉપર મધ પીવાથી જાતીમાં મજબુતી આવશે. (૮) આદુ, લીંણુ, સિંધવં પીવાથી હરદય પિડા દુર થશે. (૯) ગરમ પાણીમાં ત્રણ ટીપાં યુકેલીપતસ તેલ પીવાથી હરદયની મંદ ગતી સુધરશે. (૧૦) જમ્યા પ્રહી શુદ્ધ વજનાગ્રે એ રતી મધમાં ચાટવાથી કે આનંદ જૈરવની ગોળા અથવા અગ્નિતંડી ગોળા રૂર આપવાથી હરદયને જરૂર શક્તિ મલશે. (૧૧) મધ સાથે કાંદાનો રસ ચાટો. (૧૨) માજરનો મુપ પીવો. (૧૩) કચ્છાનો ઉકાળો આપો. (૧૪) કાલા ખજુરનું પાણી આપો. (૧૫) પાકેલું પપાઉ ખવાડી ગરમ પાણી પીવડો. (૧૬) કુદનાની ચાહેમાં, તુલસીપાનમાં, દુધ લસનના ઉકાળામાં, રાઇ માખણના સેન્ડેવીચમાં, મધ-આદુના ચાટણુમાં, આદુના મુરંબામાં, મધ અખરોડના મગજમાં, બદામના તેલમાં, પસ્તાના ખીયાંમાં, અરજુનના રિસ્ટમાં, સાખરસીંગ-પીપર-મધમાં, અને કરતુરી બધરવની ગોલીમાં, કારોમાખન ડ્રોપ કરતાં સસ્તાં હરદય ટોનીક છે. (૧૭) દામના રસમાં સોનામખી આપો. (૧૮) ત્રણ દાણા બદામ અને ત્રણ દાણા ધઉં રાતે બીજવી સવારે મધમાં પીસી ચાટો. (૧૯) ધીના રવામાં જાયફલ અથવા અરજુનની જાલ પીસી આપો. પીપડના ફળ, અલ્લક ભરમ, તથા



પીપલાની ઢાલમાં છતી મજાણત બનાવવાનો શુભ છે. (૨૦) કરતુરી-ચંદ્રોદય-  
સુવર્ણ માલ્ટી, મધ પીપર સાથે સોનાનો વરખ કામચાલ છે. (૨૧) બાયે-  
કેમીક ક્ષાર મેગ્નેસ અને હેત્રોપથી દવામાં કેકેટ્રાસના ટીપાં અમૃત-તુલ્ય  
શુભ આપશે. (૨૨) અકેક ચમચી કાચુ મધ જમ્યા પછી પીવાથી સિંહ-  
જેવું મજાણત બને છે.

**કમરતું દરદ અને પાંસણીનું શુભ :**

(૧) ઠંડા પાણીમાં લીમણ હરડેની બુટ્ટી પીવાથી મટે. (૨) અલસીના-  
ગરમ તેલમાં સુંકે મેલવી કરી ઘસો. (૩) સેકેલી અજમો ગરમ તે ભાગ  
ઉપર મસલો. (૪) તજનો ઉકાળો પીવાથી ગુરદની ખીમારી દુર થશે.  
(૫) મકાઈ, સુંકે, વરીયાલી, અલસી, ઘઉંની બુટ્ટી અને ગોળ ઉકાળી  
પીવાથી મટે. (૬) દુધમાં શીલાજીત પીવાથી મટે. (૭) ગુરદ તથા પીસા-  
બનો રોગ ચંદ્રપ્રસા ગોલીથી મટે. (૮) વાયુની પિડા ચોગરાજ અથવા મહા-  
ચોગરાજ ગુળથી મટે. (૯) ગરમ દુધમાં પીપરીમુળ ઉકાળી પીવાથી  
એકેકસ મટે. (૧૦) ઘીમાં સેકેલી બાવલનો ચુંદરમાં એલથી સાકર ખવાડો.  
(૧૧) કમળકાંઠી સીંજાદાની રાખડીથી મટે. (૧૨) કમરકસ (ખાખરાનો)  
ચુંદર સેકી ઘીમાં આટવાથી મટે (૧૩) ધાસમેટ-મુકેલીપતલ લગાડવાથી  
મટે. (૧૪) લીમણ-અગુસીના પાન ખાસી બાંધવાથી મટે. (૧૫) દાઝુ-  
ધંકુ પીવાથી મટે. (૧૬) ગરમ દુધમાં ગોખરનો બુટ્ટો અથવા આસંધની  
બુટ્ટી ફાડવાથી મટે. (૧૭) પીસેલી આંકડાની ઢાલ ગરમ પાણીમાં લગાડો.  
(૧૮) મરચાની બુટ્ટી સાથે રાઈ મેલવી પલાસ્તર મારો. (૧૯) વેદના  
સાંત કરવા માટે પરદેશી પેટ્રીઓ ચરમોજીન ગોઠવે છે. તેમાં મરચાનું  
પ્રમાણ સારું છે. (૨૦) સરકમાં આણું ધંકુ ઉતારી, જે દીવસ ખાદ  
ધુંટી તેમાં ટરપેનટીન અથવા એમોન્યા મેલવવાથી સસ્તું આપાદ એમગ્રો-  
કેશન બનશે. (૨૧) સેકેલી વરીયાલી ફાડવાથી પાંસણીનું શુભ મટયું છે.  
(૨૨) પાલખજાણ, કલથી કે ગાજરનો સુપ, કેલજી/એકજી ચીઝ પીવાથી,

ફાયદો થશે (૨૩) રાઈના પાણીમાં પગ સેજાથી કે એડના શુદ્ધરવારી ચના ખાવાથી કમરનું દરદ મટે. (૨૪) તલના તેલમાં લસન રાધી ખાવાથી કે જેગણાનું શાક ખાવાથી તુરત ફાયદો, બંને રોગોમાં થશે. (૨૫) ખાંડ સાથે ડાકરી ખાવાથી ભૂરીક એસીડ સાથે થશે (૨૬) લીંબુના પાણીથી પીસાખ સાથે આવશે.

### ગેસ, પેટની પીડા :

(૧) પાઈનેપલની સ્લાઈસ ખાવાથી મટે. (૨) મેથ્થલા ફેરીનું અચ્ચાર ખાવાથી મટે (૩) સુકી દરાખના રસમાં ખાંડ નાખી પીવાથી પિત્તથળ મટે. (૪) નાગદમણી તથા તજનો ઉકાળો પીવાડો. (૫) અગર પીસી લગાડવાથી પેટની પીડા શાંત થશે. (૬) તજનું તેલ લગાડવાથી આરામ થશે. (૭) ઠંડા પાણીમાં હરડેની ભુકી પીવાથી સારો ફાયદો થશે. (૮) ગોળ-અજમાનું આટણ લેવાથી આફરો મટશે. (૯) અજમો-સંચળ ફાકવાથી અથવા અરણીના પાનનું શાક બનાવી ખાવાથી બાદો તુટશે. (૧૦) અરણી પાન ઉકાળી પીવાથી પેટના અનેક રોગો દુર થશે. (૧૧) આફેસા આકડાનાં પાન, એરંડુ સિંધવ લગાડી પેટ પર બાધો. (૧૨) નગોડના પાન બાપી બાંધવાથી પથુ ફાયદો કરે. (૧૩) આદુના રસમાં એરંડુ અથવા સુંઠના ઉકળામાં એરંડુ પીવાથી પેટની ભયંકર પીડા શાંત થશે. (૧૪) પતંગનો કવાથ પીવાથી ને પતંગનું લાકડું ધસી પેટ પર લગાડવાથી પથરી તાવ ઉંઘાદ વાયુ રોગ પિત્ત તથા લોહી વિકાર દુર થશે. (૧૫) કાંદાના રસમાં હીંગ સંચળ પીવાથી શુભ મટે. (૧૬) ખાખરાના પાન ઉકાળી પીવો. (૧૭) નીમક સાથે મોટા એલચાની ભુકી ફાંકો. (૧૮) (૧૯) હરડે-ગોળથી હરસ વાતરકત સંધીવા પેટ-પિડા ચોકકસ દુર થશે. (૨૦) નારંગીની જાલનો કવાથ સુંઠ નીમક સાથે પીવાથી જીનો તાવ મંદાગ્નિ આફરો બાદી કરમ ચોકકસ મટે—સંજાની જાલમાં ઠવિનાઈત વેવુંજ કી મતી તત્વ છે. (૨૧) થોડો એલીયો ખાવાથી અને એલીયો

લગાડવાથી શાંતી થશે (૨૨) મધ સાથે ચાંપાના પાનનો રસ પીવાડો. અથવા ચાંપાના પુલનો ક્વાથ આપો. (૨૩) હીંગ સાથે ખટુમઝની બાજનો ક્વાથ પીવો. (૨૪) સુવાની બાજ ખાવાથી ગેસનો દુર્ભવો શાંત થશે. (૨૫) મેથી મુલા સરખે વજને સેકી તેમાં ચોથે બાજે સંચળ મેલવો— ગેસની રામબાજ દવા થશે. (૨૬) કુદનો તલેલી લસન, તુલસી કાલીછરી, પપાઈ અને ગરમ પાણીમાં વાયુ ગોલો મટાડવાની તાંસીર છે.

**દાઝથો—અગ્નિ દોષ—જલજી :**

(૧) દાંડમના પાન પીસી લગાડો. (૨) ધૂં રેટ પેટ્રોલ કે પીટુ વેસલીન લગાડી કેળતું પાન લપેનો. (૩) કાપરેક્ષમાં બેન્ડિક પાઉડર અથવા સરકો પછી વપરાય છે. (૪) એરંડના પાન પીસી બાધો. (૫) સરખગના પાન પીસી બાધો. (૬) ચુનાના પાણીમાં અલસી તેલ અથવા રાજના પાણીમાં ઉકાળેલું મીઠું તેલ 'જલમાર'ના મધ્યમ તરીકે વેચાય છે.

**વાતરક્ત સંધીવા પક્ષાઘાત લકવો, ગાંઠીયા :**

(૧) મુંઠ અથવા અગરનો ઉકાળો પીવાથી દરેક પ્રકારની ચૂન્યતા મટે. (૨) અરણી અને સાટોડીની જડ પીસી ગરમ લગાડવાથી સોજો ઉતરશે. (૩) અરણીના પંચાંગનો ઉકાળો પીવાથી ગાઉટ તથા સંધીવા મટે. (૪) ત્રિકુલ્ક-ચુગળની ગોલી અકશીર કામ આપશે (૫) રાતે ઉકળતા પાણીમાં બીજવેલી મેથી એક ચમચી જીંજીર સવારે પીવાથી વાયુરોગ મટે. (૬) કન્દામણ (તસતૂંબો) સાથે પીપર ઉકાળી ગોળ સાથે પીવાથી સંધીવા મટે. (૭) કોચાના બીન્દી ખીર ખાવાથી ચમત્કારિ ફાયદો થશે. (૮) સાબુના શીણમાં મેંદોનો છુકો અથવા મેંદોના પાન પીસી લગાડવાથી ઘુંટનનું દરદ મટશે. (૯) ફક્ત ગરમ એરંડનું લગાડવાથી, મરચાં નીમકનો ઉકાળો લગાડવાની કે ટરપેનટીનમાં કપૂર મેલવી ઘસવાથી વાયુની તીક્ષ્ણ પીડા દુર થશે. (૧૦) માલકાંકણી તેલ ગરમ વાયુનાશક અને ચાદ્દાસ્ત વધરનાર છે.

(૧૧) ગરમ દુધમાં ૧૦ ટીપાં પીવાથી અને એજ માલક્રાંદણિતેલ ગરમ કરી  
 ઘસવાથી લકવો સંધીવા સખતાઇ દુર થશે. (૧૨) ધી સાથે મરી  
 અને તુલસીપાન ચાટો. (૧૩) તવના તેવમાં સિંધવ લસન ઉકાળી ખાવાથી  
 અને એજ મેળવણી ઘસવાથી કમળેર રનાયુ મગ્નથુન બનશે. (૧૪) ગેળ-સુંઠ  
 અજમોખાવાથી અને અજમો લસન સુંઠ ઉકાળી લગાડવાથી વાયુના ૮૦ રોગો  
 દૂર થશે. (૧૫) રાસ્ના-ગુગળ સાફ કામ આપશે. (૧૬) વેલાતથી  
 Eade's Gout Pills આવે છે. (૧૭) તેનાથી ચોથી કિંમતે મલતી  
 એલીવાદિ વ્રતી વાપરો...ગુરુમાં ચઢીઆતી છે. (૧૮) સુંઠ-અડદનો ઉકાળો  
 લકવો મટાડશે. (૧૯) અડદના લાડુ વાયુરોગો છૂતે. (૨૦) અખરોડ કાજુ  
 કે ગોડામખી ખાવાથી પણ વાયુરોગો દુર થશે. (૨૧) ગરમ પાણી સાથે  
 ગોરખમુડીની ફાટી મારો. સરકામાં ગંધક લગાડવાથી ગાંઠોનો વા તથા  
 મુઝન મટે. (૨૨) લવીંગ સાથે અકકલકરો છુટી બનાવી ખાવાથી ઝઝૂરી  
 ગુન્યતા મરી લોહી ફરશે. (૨૩) આઠ તોલા તલના તેલમાં એક તોલો  
 એકોચલા છુંદી ધીમે ઉકાળી લાવ બનાવી ગળી લગાડવાથી લકવો  
 અરધાગવાયુ ચોકકસ દુર થશે. (૨૪) એજ પ્રમાણે થંતુરાના પાનનો  
 રસ આઠ ગળ્યા તેલમાં ઉકાળી લગાડવાથી વાયુ પિત્ત નાશ પામશે. (૨૫)  
 લીંબોલી તેલ મસજવાથી લકવો મટે. (૨૬) અકકલકરો અને ઉશ્મો  
 ઉકાળી પીવાથી લકવો મટે. (૨૭) ઝેરકાચનાં ગેળાથી લકવો જરૂર  
 મટે. (૨૮) ફક્ત સુંઠ-સીંધાકુચ મેળવી સુંધાડવાથી લકવો મટે. (૨૯)  
 ચેનર મહીનામાં લીમડની કાપલ પીસી પીવાથી વાયુ પિત્ત કદ તથા  
 લોહીના તમામ વિકારો નાશ પામે અંધારા થતા અટકે. (૩૦) ગરણીના મુળ  
 ઉકાળી પીવે. (૩૧) સુંઠ આસપ્ત ચોપચીની રાતે ગરમ દુધ સાથે બે  
 આની જાર લે. (૩૨) રાત્રના તેલમાં કાંદાનો રસ મેળવી માલીશ કરો.  
 (૩૩) પાપર ગેળ સાથે કન્દાચણ જઠ મેળવી ખવાડો. (૩૪) કારેલાનો  
 રસ ગરમ લગાડો. (૩૫) રાતે મેંદીના પાન પીસી લગાડો. (૩૬) મહુડાંની

જાલ ધસી ગરમ લગાડો. (૩૭) ખરેટીની જડ ઉકાળી પીવાથી પીસાળ  
 ઝુટી ગાઉટ આરથરાષ્ટ્રીસની પીડા દુર થશે. (૩૮) અજમો પુદનાનો ઉકાળો  
 પીવાથી કારગત અસર જણાશે. (૩૯) ખાખન (પીચૂડી પને) લગાડવાથી  
 સંધીકા ગાઉટ તથા આંટણો મટ્યાં છે. (૪૦) સુંઠે કુચલા કાઢીજીરી  
 સાખરસીંગનો ધસારો લગાડવાથી સાર્તી થશે. (૪૧) આ પ્રયોગથી હાથી  
 પગનો સોજો ઉતર્યો છે. (૪૨) તલના તેલમાં આપાના પુષ્પ ઉકાળી લગાડો.  
 (૪૩) ચોપચીનીનો ઉકાળો પીવો. (૪૪) સુંઠે જમણની ગોલી ખવાડો.  
 અજમો સુંઠે માલકાંકણીની ગોલી આપો. (૪૫) ફક્ત ચિત્રકની જડ  
 ધસી લગાડવાથી ગાંઠિયાની પિડા દુર થશે.

**કરમની કતલ કરનારી કરવત જેવી કાતિલ યુદ્ધો:**

(૧) અજરથમાં જમવાથી કરમ થાય. (૨) લારી ખોરાક લેવાથી  
 થાય. (૩) કસરતની કાતાહી, વિરૂદ્ધ ભોજનથી થાય. (૪) દીવસે સુવું, કવખતે  
 જમવાથી થાય... બિરાનીક નોંધે જણાવે છે કે સૌથી લાભો કરમ પીસ/પુટનો  
 બહાર પડ્યો છે. (૫) ફક્ત ખોરાક બદલવાથી કરમની કતલ થશે. (૬) જેમ  
 દુધ ગોળ ખાંડ મીઠાઈ જેનાં ખોર ચોખ્ખા કથોલ સાલીત ખજુર લાજી  
 હેમ ખેકન અને કુકરેતું ગોસ ખાવાથી કરમ બધે, તેવીજ રીતે  
 કમલકાકડી ગાજર કોપર કારેલી કેસર પાન સોખારી પુદનો લીંણ પપાઉ  
 સુરા કાળાના ખી દોધીના ખીજ જમણ દાઝમ આદુ લસન કાંદો અખરોડ  
 મધ અજમો ધઉ ઘી તુવર મગ હીંગ તુલસી હલદ લેવાથી કરમનો નાશ  
 થશે. (૭) અતેનાસ ખાવાથી કરમનું પાણી થશે (ઉપરાંત ટોનસીસ  
 હીપથેરીયા ગેપેન્ડીક મટશે) (૮) સવારે કીરમાની અજમો ફાકવાથી  
 સેનટોનીનનું કામ આપશે. (૯) સફરામાં ગરમ ઝેરંડુ લગાડવાથી કરમની  
 બલા દુર થશે. (૧૦) અજમો સાથે કાયકા ઉકાળી પીવાથી કરમનો  
 નીકાલ થશે. (૧૧) ગરમાળાનો ગોળ ચમત્કારિ છે. (૧૨) દહીં સાથે  
 આખરાના ખી ખાવા. (૧૩) સવારે સાંજે અખરોડ ખાઈ રાતે ઝેરંડુ.

પાળે (૧૪) રાતે ગોળ ખમ્મ સવારે દહીં સાથે કપીતો પાવલીભાર ખાળે.  
(૧૫) મધમાં ફટકડી ચાટો...ડીકમલી, લીમડો, વાવડીંગ, કરીયાતું ધતુરા  
રસ સાથે દહીં, લીંછુનો ચોખો રસ, નાળાયેર પાણી સેકેલી હીંગનો ઉકળો.  
લીંબેલી તેલ, યુકેલીપતસ, ટરપેનપીન, કાળીજીરીનો કવાથ, સમુદ્રફળ,  
સરપંખાનો ઉકળો, તાજી હલધરનો રસ, માખણમાં સોપારી, જ્યાપોતાની  
જુકી, લીંછુના રસમાં એલચી, કમરકાકડી, હીંગનો દુધ, ખારા  
પાણીની પીચકારી, અરીઠાં, રાઇ, સુત્રા, એટલાં દ્રવ્યો કરમ નાશક છે.

**અપરમાર-મૃગી વાઇ-ફીટસ :**

ચિતા રોઠ વીગેરેથી કુપિત થયેલા વાતપિત કબ્બ હરિદ્યની  
નસોમાં દાખલ થઈ રમરથ શક્તિ માત્રનો નાશ કરે છે. પિત્તનો રોગ  
૧૫-૬૦નમાં, વાંતનું દરદ ૧૨ દીવસમાં અને કૃમ્યાધી ૩૦ રોગમાં  
જનર એવો શાસ્ત્રોમાં ઉલ્લેખ છે. અધારા આવે ચક્રી આવે,  
શરીર, પટકાય, મર્જિત થઇ જમીન પરે ટુટી પડે તો જાણો કે ફીટસની  
ખીમારી લાગુ પડી છે. (૧) તેલમાં લસન તંદી રોજ બે તોલા ખાવાથી  
વાયુ-જન્ય મૃગી દુર થશે. (૨) દુધ સાથે સતાનલીચુનું ખાવાથી પિત્તનો  
અપરમાર ચાલ્યો જશે. (૩) મધ સાથે બાદમી રસ બે તોલા પીવાથી  
કૃમ્યા પરીણામેલો રોગ અપથી વિદાય લેશે. (૪) ગોમુતરમાં કાલા મરી  
તથા ઘી તથા અમથીઆના પાનનો રસ ઘુંટી નાકમાં ટપકાવવાથી ચમત્કારિ  
ફાયદો થશે સફળ પ્રયોગ છે. (૫) ઘી સાથે વાંજણી કંઠોડીનો રસ અથવા  
ઉકળો નાકમાં નાખો. (૬) મધ સાથે બાદમી શંખાવલી મુંઠ અને તુલસી  
પીવાથી દરેક પ્રકારનો મૃગીરોગ નાશ પામે. (૭) ધતુરા પાનનો રસ આંર  
ટીપા જેટલો પીવાથી હિન્માદ તથા અપરમારનો રોગ ચાલ્યો જશે.  
(૮) અરીઠાંની ઊલ મોદામાં રાખવાથી તથા આક્રમણ વખતે અરીઠાંનો  
મગજ દુધમાં ઘુંટી નાકમાં ટપકાવવાથી અને એજ એલવણી આંજવાથી  
એકોશી દુર ફીટસ થઇ શરીરમાં ચેનનનો ચમકારો આવશે. (૯) કાલાં મરી

મરી સાથે આકાના પુલની જે રતી વગ્નની ગોળી બનાવી જે કલાકે ખાવાથી ચક્રી થાસ દુર કરી સ્નાયુ મંડળને દૈવત આપશે. (૧૦) ધીમાં આકાની જડની છાલ ધસી નાકમાં ટપકાવે. (૧૧) મધ સાથે અકકલકરે તથા ઘોડાવજ મેળવી ચટાડવાથી વાષ-હીરટીરીયાની માંદગી મટી ગઈ છે. (૧૨) દુમલા વખતે ખાખરાનો અરક નાકમાં ટપકાવે. (૧૩) ફક્ત ઇન્દ્રામણાની શુક્રી સુધાડવાથી રોગ રવાના થશે (૧૪) કાયદલની શુક્રી સુધાડવાથી દેશવટો લેશે. (૧૫) જયદલની માળા પહેરવાથી અમરકારિ કાયદો થશે (૧૬) ગોખર ગોમુતર સાથે સરસુ તેલ મેળવી માલીસ કરવાથી વાષ મટશે. (૧૭) પાણીમાં પીપર કે મરી પીસી આંગવાથી મૂર્છા નાસ પામશે (૧૮) તાજે પુદ્ને આવવાથી હોશીયારી આવશે. (૧૯) ફક્ત રાષ પીસી સુધાડો- વાષતુ' જોર તૂટશે (૨૦) સરસાના ખીજ સાથે કરંજના ખી પીસી આંજો. (૨૧) મરી સાથે મહુઆના ખી પીસી સુધાડો. (૨૨) સીનાફલનો મગજ સળગાવી ધુપ આપો. (૨૩) લીંબુનો રસ સાથે ગોરખમુંદોની શુક્રી ચાટો. (૨૪) દુધ સાથે નાગરોયની જડ પીવાડો. મધ કે દુધ સાથે ઘોડાવજ પીવાથી પુરાણો વાષ રોગ પણ જરૂર મટશે. (૨૫) વગ્નની શુક્રી ઓળાં પ્રમાણથી ચર્ક કરે (૨૬) મોટો ડોઝ ઉલટી લાવશે (૨૭) માલકાંડણી તેલમાં ઠસ્ટુરી ચટાડો. (૨૮) ભાગેલો કદો સુધાડો. (૨૯) સફેદ કેળાના રસમાં જેડીમધ ચટાડવાથી વાષ હોરટીરીયા ગાંડપણ અલડપ્રેસર ચિરંજીવ તથા મગજના તમામ રોગો દુર થશે. (૩૦) અરીહાંની પીસેલી છાલ તપકીરરૂપે સુધવાથી ચોક્કસ આરામ થશે. (૩૧) ગરમ પાણીમાં અરીહાંની છાલ પીવાથી ન્યુમોનીયા રોગ દેશવટો લેશે. (૩૨) કપડમાં લપેટી હીંમતો ટુકડો ગળે આધો. (૩૩) ગૂંધતુ' ગળે સીંગડો ગળ્યા અંગુઠામાં પહેરવાથી વાષ રોગ જાય. (૩૪) હીંગ મરી અને શંખના કીડા સરખે ભાગે પીસી સુધાડો અને આંકાના પાનના રસમાં ચના જેટલી ગોળી બનાવી રોગ ૩ વખત આપો તો તજ મહીનામાં

અસાધ્ય મૃગી રોગ દુર થશે. (૩૫) ભોંયરીંગણીના તાળાં ફળતો રસ અથવા સુકાં ફળતું પાણી નાકમાં ટપકાવવાથી મૃગી રોગ ચોક્કસ મટશે. (૩૬) આ પ્રયોગથી ઉન્માદ ગાંડપણ લોહીનું દમાણ અને માયાના સર્વે દરદો દુર ઝશે.

### ગાંડપણ-ઉન્માદ :

(૧) સપંગધાની છુટી અથવા ગોળી ગુલાબ જલ તથા ખાંડ સાથે આપો. (૨) ફક્ત માખણ-ખાંડ ચટાડવાથી વાઈ ઉન્માદ જાય, (૩) મદનાદિ વમન કે ઘેણાવજની છુટી પાવલીમાર, ગરમ પાણી સાથે ખવડાવવાથી ઉનડી થઈ ક્ષ- ઉન્માદ મટશે. (૪) હરડેનો જોવાળ પિત-ઉન્માદ દૂર કરશે (૫) એનીમા આપવાથી સન્નિપાત- ઉન્માદ મટશે. (૬) કૈયાંની સીંગ લગાડવાથી ઉન્માદ જાય (૭) ચાણક મારવાથી ગાંડપણ દૂર થશે. (૮) જ્યામાં સુકવેનાં લીંબુના બી તકીમાં નીચે મુકવાથી રોગનું જોર આણું થશે (૯) મસ્તક ઉપર રક્ષક લીંબુની ચીર ધસવાથી ગાંડપણ તોડાત જરૂર થાત થશે (૧૦) ખાંડ ચના ખાવાથી પિતનો ઉન્માદ મટશે. (૧૧) મરઘીનો બાલ અનાશ ઉપર જલાવી ધુમાડો આપો માણસના બાલ સ્લગાવી-મીઠા તેવમીં ધુંડી નાકમાં નાંખવાથી મસ્તક ઠેકાણે આવશે. (૧૨) બીનીના મૂળની જલ ઉકાળી પીવાડો. (૧૩) દુધ સાથે ગોરખમૂંડી પીવાથી ચિન્તન દૂર થઈ અકકત વધશે (૧૪) નગોડના રસમાં સોનામખી પીવાવાથી જરૂર ફાયદો થશે. (૧૫) મેંદીના બીજની કાકી મારો. (૧૬) રાઈનું તેલ નાકમાં નાંખવાથી અને મસળેથી ઉન્માદ પિડા દૂર થશે. (૧૭) ફક્ત તાડી નીરો કે નાગાયેર પાણી પીવાથી અથવા બડુ ખાટલીમાં તડકે મુકેલું પાણી પીવાથી અને 'શાવર બાય' લેવાથી કેટલાક ઉન્માદ રોગીઓ સાગ થયા છે. (૧૮) મધ સાથે આપાના પુલ, ખવાડો. (૧૯) સેવડીના પુવનો ઉકળો પીવાડો.



## ચક્રી—બેહોસી :

(૧) ફક્ત ગુનાખ જલ કે ખરકનું પાણી છાંટવાથી ગરમીનો ગમરાટ દુર થશે. (૨) ઠંડી બીજવેલી ચાદર શરીર મુકવાથી વાઇ તથા શીટસના રોગીઓ સાગ્ન થયા. (૩) આમલીનો ઠંડો રસ માથે લગાડવાથી ફાવદો થશે. (૪) કોદમ આમલીના કુચા શરીરે ઘમવાથી અન્નદા કીર ખરજવાનો ત્રાસ ઘટ્યો છે. (૫) ગુનાખનું અતર સુંઘાડો. (૬) ગુલાબજાતમાં અંદન અને કપૂર માથે લગાડો. (૭) સાણુનું શીણ આંજવાથી કંઈનો મૂર્છા દુર થશે. (૮) વજ મરી નામક પાણીમાં ઘુંટી નાકમાં નાખવાથી સર્વે પ્રકારની બેહોસી દુર થાય.

## પાંડુ—ફીકારા—લોહીની તંગી :

કાલો ખજૂર, કાલી દરાખ, કારેલા, બમરાનો રસ કે છરાંની ભુકી રોગ મટાડે. (૨) અરકુસીના રસમાં સુરોખાર પીવાથી પીસાબ છૂટી વધી પડેલા રોગીષ્ટ સફેદ કાપો ખાલી થશે—આ પ્રયોગથી જલંદર તથા સર્વાંગી સોજા તપથી દુર થશે. (૩) ફક્ત મધ સાથે આમલા કે પાંપર ચઢવાથી ઊંજલા વાખ શરીરો લાલ ચનોડી જેવાં બનશે. (૪) ખાંડ—આવલ, પાણિ—પપેતાથી દુર રહેવાથી ઝડપી ગુણ જણાશે. ઇન્દ્રાયણની ભુકી ખાઇ આડો લાવવાથી, ઇન્દ્રાયણનો બાર લેવાથી, અને ઇન્દ્રાયણ મુલું સરકામાં લગાડવાથી પાણી જલંદર સોંજે પાંડુરોગ હાથીપગ જરૂર મટશે. (૫) (૬) ઘી સાથે પાવલીભાર ચિત્રકમૂળની ભુકી રાત્રે ચાટવાથી પાંડુરોગ દુર થશે. (૭) રોગીના બળ પ્રમાણે ૧૦ થી ૨૫ દીપાં માલકાંકણી તેલ ગરમ દુધ સાથે આપવાથી ચમત્કારી ગુણ થશે. (૮) તંખાકુનો ધુમાડો ફાવદો આપશે. (૯) સુંક સાટોડી કરીયાનુનો ઉકળો પીવાથી પાંડુ, કમલો શીકાસ હાથીપગ સોજા જલંદર ન્યુમોનીયા ત્રાસ કલેન્નનું દરદ નિઃસંદેહ દુર થશે. પરિક્ષિત દવાઇ છે. (૧૦) ગોમુતર સાથે કરડે આપો. (૧૧) ગોમુતરમાં

ભીંજવેલો અજમો એકડુંતોલો, ત્રણ ભાગ કરી ૪ કલાકે પાણી સાથે આપવાથી સોજો-પાંડુ દૂર થશે. (૧૨) રોહિઝની છાલ ધસી લગાડો. (૧૩) મલ શુદ્ધિ સુણું કાઢો. (૧૪) જાંબુલાસવ તથા અંશુરાસવ અકસીર છે. (૧૫) મંડૂરની ગોળી કે ચક્રતારિ બોહ અપાય છે

**ઉપદંશ—ગરમી ચાંદી :**

(૧) કાલી બકરીની પીસાળ સાત દિવસ પીવાથી આરામ થાય (૨) ખાવલના પાન આવવથી અથવા ખાવલનો ગુંદર ભીંજવી પીવાથી ગરમી ધોવાઈ જશે. (૩) સોપારીની રાખ દાખવાથી અચૂક કામદો થશે. (૪) દાઝમ છાલનો છુકો તેટલી જ અસર આપશે. (૫) નાની અરણીના પાનનો રસ એક ચમચાપૂર રોજ બે વખત પીવાથી પુરાણો રોગ જાય. (૬) આકાંઠાની જડનો -ધુમાડો આપવાથી તથા એની ખલની લુકી ચાર રતીભાર ખવાડવાથી ચાંદીનો રોગી સાજો થાય. (૭) ઘી રાજ સાથે ચંબેલી પાનનો રસ મેળવી બે ચમચા ચટાડો તો પાંચ પ્રકારના ઉપદંશ મટે છે. (૮) ચોલાઈ માણનો મુપ પીવાથી મુત્ર નલ્લીની દાહ તથા પીડા નાશ પામે છે.

**કમલો-પીલિયો-જોનડીસ :**

(૧) લીમડા પાન ઉપર મધ લગાડી ખાવા કરો. એમો એવધી અને ખેડરક સાથે જ છે. (૨) મધ સાથે અરકુસીનો રસ પીવાડો. (૩) જાસ સાથે ગંણીની જડ પીવાડો. (૪) જાસ સાથે અધેડાની છાલ પીવાડો. (૫) ચોખાના પાણીમાં આકાંઠાની જડ પીસી સુંઘાડો. અને મરી સાથે આકાંઠાની જડ ૬ રતી આપો. (૬) ત્રિફળાં સુંઠં ગોળનું ચાટણુ આપો. સુણનું પ્રમાણ પાવલીભાર છે...દ્રોણ પૂષ્પી (ગુમ્મા) ના પાનનો રસ આંજો. (૭) કરમ લડવો આસ સોજા તથા કમલો મટાડવાનો ગુણુ ગુમ્મા છુટ્ટીમાં છે. (૮) લીણનું ટીપું આજવાથી કમજો મટયો છે. (૯) કારેલાનો રસ એકલો અથવા હરડે સાથે પીવાડો...પિત પાપમનો ફાંટ પીવાડો. (૧૦)

કુદનો ખાવાથી કમળો મૂટે. (૧૧) કલોશનો કવાથ પીવાથી મટે. (૧૨) જલમાંસીનો ઉકાળો પીવાથી મટે. (૧૩) એલિયાદિ ગુડી અથવા કુવારનો તાળે રસ પીવાથી મટે. (૧૪) ઘી સાથે કુવારનો રસ મુંઘવાથી મટે. (૧૫) હલદ સાથે મઠોયને કવાર પીવાડો. (૧૬) દુધમાં મુંઠ પીવાથી મટે. (૧૭) છાસ સાથે ગળેલો રસ પીવાથી મટે. (૧૮) ગલોની ડાંખડીની માળા પહેરવાથી અને મધ સાથે ગળેલો ઉકાળો પીવાથી કમળો જાય. (૧૯) ખારેક અથવા ચના ખાવાથી જાય. (૨૦) શેરડીનો રસ પીવાથી જાય. (૨૧) મેંદીની જાલ ફાંકવાથી જાય. (૨૨) માખણ-ચુનો સવારે ચાટવાથી જાય. (૨૩) નવસાર કે કકુની જુડી ખાવાથી જાય, (૨૪) મેંદીના પાનનો રસ પીવાથી જાય. (૨૫) ખાવડના કુલ સાથે સાકર ખાવાથી જાય. (૨૬) ચાર તોલા દહીમાં એક તોલો હળદ ખાવાથી જાય. (૨૭) દારૂ દેવદરના કવાથમાં મધ પીવાથી જાય. (૨૮) ચંદ્રમલા જોલીથી, કે આરોગ્ય વધીનીથી અથવા શીલાજીતથી જાય. (૨૯) વરીયાળી ખાંડ ફાંકવાથી જાય. (૩૦) કાળા ખમ્બુરતું પાણી પીવાથી જાય. (૩૧) ગુલાબના કુલ સાથે કાલી દરાખ બીજવી તેનો રસ નીચેલી સવારે પીવાથી જાય. (૩૨) પિન્દ ફલતું પાણી મુંઘવાથી ૨૪ કલાકમાં જાય. (૩૩) હરડે ખાવાથી જાય.

### અંઠવૃધ્ધી-સારણુગાંઠ

(૧) કપ્પી વાંજડીનો સુકો બાફ આપો. (૨) દસ તોલા પાણીમાં દોઢ તોલો ગરમાલાના ખીયા ઉકાળી એથો લાગ રાખી, એમા ત્રણ તોલા ઘી ઉમેરી ઉભા રહીને ગરમ પીવાથી અંઠવૃધ્ધી મટે છે. (૩) આદુના રસમાં મધ ચાટવથી વાત જન્ય અંઠકોષનો સોળે દૂર થશે. (૪) દેવદરના કવાથમાં ગોમુતર પીવાથી રોગ મટે. (૫) ગરમ એરડ્યા તેલમાં કપીલો મેળવી લગાડવાથી ફાયદો થાય. (૬) કપાસના બી સાથે મુંઠ ધુંટી ગરમ પાણીમાં લગાડો. (૭) ગાયના ઘીમાં સિંધવ જુડી પીવાથી તથા લગાડવાથી

સારી અસર થાય. (૮) ગરમ પાણીમાં પીસેલાં કાળાં મરી તથા શરૂ મેળવી જાડું લગાડવાથી ગુણુ દેખાશે. (૯) ગાળ સાથે કુલવેલો ટંકનખાર પાવલીબાર લઈ ચાટી જઈ ઉપર થોડું ઘી પીવો અને નીમક વગરનું જમો અથૂક ફાયદો થશે. (૧૦) ગરમ દુધ સાથે એરંડાનું ખરેડીના ઉકાળામાં પીજો (૧૧) હાલ-વેગણાં ખાશી બાંધો. (૧૨) એરંડામાં ફકટડી લગાડો.

**અનિસાર:** — નિ

(૧) દહી સાથે લાંગરાનો રસ, સંખજીરું, મરી, શરૂ કે સેકેલી મેથી, કાષ્ઠખી એક ચીજ ખાઈ લેવાથી ઝાડાનો રોગ મટે. (૨) અસખસ પોષ સેકી તેનો ભુકો ખાંડ સાથે ખાવાથી અશીષુની આગાહ અસર આપશે. (૩) ખારેક જાયફળ અસખસ સેકી ભુકો બનાવી જાસ સાથે ખાવાથી મહા બખંકર અનિસાર નાશ પામે. (૪) કેળું ખાવાથી પેટ બંધ થાય. (૫) સફરચંદ ખાવાથી બંધ થાય. (૬) કાકડી સાથે ખાંડ ખાવાથી બંધ થાય. (૭) ખાંડ-લીંબુનું પાણી પીવાથી બંધ થાય. (૮) દહીં સાથે ધાવડીના કુલ ખાવાથી બંધ થાય. (૯) સુંઠ સાકર વરીયાલી ખાવાથી બંધ થાય. (૧૦) એકલો અરકુસીનો રસ પીવાથી રક્ત-અનિસારનું જોર બંધ પડશે. (૧૧) અથમીનો ગરમ ઉકાળો પીવાથી અનિસાર તથા ખાંસી બંધ થશે. (૧૨) પાવલીબાર અતિવિષની ભુકી પાણી સાથે ફાકવાથી પુરાણા અતિસારનો અંત આવશે. (૧૩) ઘીમાં તરેલી સુંઠ ખાવાથી બંધ પડશે. (૧૪) આદુનો કે બેઠકુટનો મુરજો ખાવાથી બંધ પડશે. (૧૫) ઠંડા પાણી સાથે પાંચેલાં મરી બે ચપટી પૂર ફાકવાથી બંધ પડશે. (૧૬) અરીડાનો મગજ પાવલીબાર ખાવાથી કેલેરા કરમ અનિસાર શિરપીડા નાશ પામે. (૧૭) કેરીની ગોટલી સેકી ખાવાથી ઝાડો બંધ થશે. (૧૮) પટેલ તથા જેડી મધનો ઉકાળો બનાવી નીચેલો જાગ પીવાથી મટે. (૧૯) બે આની જાર જાયફળની ભુકી ખાવાથી મટે. (૨૦) ખાખરાનો ગુંદર ૧૫ રતી,

ચપટીપુર તજના શુક્ર સાથે ખવડવાથી તાજરતોમ દસ્તપિડા શાંત થશે. (૨૧) કેવડનો તાજે રસ પીવાડો. (૨૨) સેકેલા ઇસનગુલ કે તુકમીરીયાંની શુક્રી આપો. (૨૩) જાંબુલના ફલ તથા ક્લીયાનો શુક્રાઝોડો બંધ કરશે. (૨૪) સુંક જાંબુફલ ઉમેરી જાંબુલની છાલનો ક્વાથ આપો. (૨૫) લવંગ તથા દાડમની છાલનો ક્વાથ પીવાડો. (૨૬) દાડમના પાન ચાવવા આપો. (૨૭) ચાર કનાકે સોપારીની શુક્રી પાંચ રતી જેટલી આપો. (૨૮) જે ચપટીપૂર હીમજની શુક્રી ખાંડ સાથે ૪ કમાકે આપો. (૨૯) બાવલની છાલ ઉકાળી સફરો ધોવાથી અતિસાર બંધ પડશે. (૩૦) મધ સાથે માખણું ચટાડવાથી અતિસારનો અંત આવશે. (૩૧) હાસ સાથે પીપર કે હિંગાષ્ટક યુક્ત આપો. (૩૨) હલદ સાથે લીમડના પાન ચાવવા કહો. (૩૩) દહીં સાથે કટીરો શુંદર આપો. (૩૪) ચોખ્ખાના પાણી સાથે ચોલાઈ બાજી પીસી પીવાડો. (૩૫) મેથીની બાજી ખાવા આપો. (૩૬) ખાંડ સાથે જમરખ ખવાડો. (૩૭) માના સાકર ફાકવા આપો. (૩૮) બાવલ શુંદર યુક્તો.

**લાંગેલાં હાડકાં-ચોંટ મોચ લચક મુંઢમાર :**

(૧) ધઉં લસન ગુગળ ઘી દુધ ખજુર બદામનું તેલ કાચાં છાંં અને હાડકાંધીમાં હાડકાં નેડી નાંખવાનો પ્રભાવ છે. (૨) દુધ સાથે અરજુનની છાલ ફાકવાથી લંગાણુ જોડાઈ જશે. (૩) ગેળ સાથે પીપલાના ૨૧ પાન સાત દીન ખાવાથી-ચોંટ તથા માર લાગેલાની પિડા દૂર થશે. (૪) પાણીમાં ખીખરાનો શુંદર લગાડવાથી ચોંટ તથા અસાધ્ય સોજો મટશે. (૫) ભુજેલા ધઉની રખ ૧૫ તોલો ઘી ગેળ સાથે ત્રણ દીન ચટાડવાથી સખત મારથી જામેલું લોહી વિખેરાશે. (૬) હાંની સફેદી સાથે ખસખસ પોષનો અરક (અરીણુ) લગાડવાથી સોજો મટશે. (૭) અરીડાના શીણુમાં અરીણુ લગાડવાથી હાથીપગ મુકરચો છે. (૮) ગરમ પાણીમાં તલ પીસી લગાડવાથી મોચ લચક પિડા દૂર થશે. (૯) પુદનાનો ઉકાળો (અરક) પીવાથી જામેલું લોહી છુટું પાડશે ચોખ્ખાના દુધનમાં મજીડ.

મહુકાના ટુપ તથા જેહીમધ પીખી લગાડવાથી ભાગેવા હાડકાની પીડા તથા સોજો દૂર થશે. (૧૦) વડું દુધ કે વડનાજ બાફેલા પાન બાધવાથી આરામ થશે. (૧૧) હલદ ચૂનો લગાડવાથી દરદ દૂર થાય (૧૨) મધ સાથે બાવળના બીજનો ભુકો ખાવાથી ભાગિનાં હાડકાં સંધાઈ જશે (૧૩) લેહી અરક્ત બધ કરવા ખાંડનો ભુકો કાપીને ભુકો હલદનો ભુકો, ખેરીક પાઉર કે ટરપેનટીન—કાષ્ઠથી એકજ ચીજ લગાડો. (૧૪) ખાડમા આધડાફેમની તાસીર છે. (૧૫) ખાડ નીમક અને હળદ ફાકવાથી કે નાળાયેરુ પાણી પીવાથી અથવા ખાડ લીંબુનું સરખત પીવાથી ચોટની પિડા દૂર થશે. (૧૬) ચાર તોલા ઘી સાથે ખાડ અને એક તોલો ફટકી મેળની રાખી, આંગલી ખોળી રાજ ત્રણ વખત ચટાડો. (૧૭) ફક્ત ઠંડા પાણીમાં બીજવેનો નેપકીન લપેટવાથી આરામ થશે. (૧૮) ચોકકસ ઉપાય છે. (૧૯) ભાગેવા હાડકાપર ઠંડા ઇલાજ કરો કદી બી સેક કરવાનો નોખમ કરશો નહીં તેમ કરશો તો પાકશે

**જનેતાનાં દરદો :**

(૧) પીપલાની છાલ સાથે સોનાબુખી ખાવાથી છોડ પડી જશે. (૨) પીસાળની જગાએ સીતાફળના પીસેલા બીયા લગાડવાથી પ્રસૂની સહેલી બનશે (૩) જમવા અગાઉ મુરોખાર પાથી પોણું તોલો દરદીના બળ પ્રમાણે આપવાથી બાળક સુસગટ ઉતરી આવશે. (૪) ગોપીચંદ પેટ ઉપર લગાડવાથી ગર્ભ રથીર થઈ કમુવાવડનો ભય મટશે. (૫) ઉટકંઠાની જડ પીસી ખાંડના પાણીમાં પીવા આપવાથી છોડ, જીવતો ગર્ભ તથા મુવેલો ગર્ભ ચોકકસ પૂટી પાડશે. (૬) લોધર ભુકી કે ઇન્દ્રામણની ભુકી લગાડવાથી સ્તનોની પિડા દૂર થશે. (૭) બથવા કે ચાકવટ ભાજના બી ૧૥ તોલો પીસી વીસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી ચરધો લાગ રાખી પીવાથી પ્રસૂની કાળમાં કષ્ટ થશે નહિ. (૮) બકરીના દુધમાં જાંબુન ગોરખ-મુંડીનો પાઉરેર પીવાથી સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરશે (૯) મુળાના બી

ફાકવાથી માસીક ધર્મ સાદુ અને નિયમિત થશે. (૧૦) ઘીમાં તરેલી  
 મેથી ખાવાથી અનિસાર સ્વારોગ મટી દસ્તાનનો ખુલાસો થશે. (૧૧)  
 ખાંડના શીરામાં લવંગ ભુકી ચાટવાથી ખાંસી મટશે. (૧૨) દાઝમ ઢાલનો  
 સુપ નીચલે માર્ગે આપવાથી મરેલો બાળક બહાર લપસી આવશે. (૧૩)  
 મધની વાટ બનાવી ગર્ભાશયના મોઢાં તુલીક અંદર મુકવાથી ગર્ભાશય  
 શુદ્ધ થશે. (૧૪) મજ્જા સુથું એક તોલો ફાકવાથી માસીક રજરવાલા  
 ખુલાસાથી આવશે. (૧૫) મજ્જાનો કવાથ પીવાથી ગર્ભાશયમાં શુદ્ધી  
 આવશે—સ્વારોગમાં અકસીર છે. (૧૬) પાપાણુમેદના ઉકાળામાં મધ  
 પીવાથી કાઠખી ધાતુરોમ, પથરી, પ્રદર, પ્રમેહ દૂર થશે. (૧૭) બોરસલીનો  
 કવાથ પીવાથી સ્ત્રીને ગર્ભ રહે. (૧૮) સોપારી પાક ખાવાથી તથા  
 સોપારી પાઉરની પોતલી વાપરવાથી ધાતુની ગળતર ચોક્કસ બંધ થશે.  
 (૧૯) પેટ નીચે એલીયો ગરમ કરી લગાડવાથી દસ્તાન વખતે અને  
 અગાઉ થતી પિંડ દુર થશે. (૨૦) લાલ ચંદન સાથે કપૂર પાણીમાં  
 પીવાથી દસ્તાનમાં લોહી વધુ જશે નહીં. (૨૧) નાકમાં હલદી પુંકવાથી  
 સ્ત્રીના આવેશનો વેગ શાંત થશે. (૨૨) હરડે કાચેની પીચકારી લેવાથી,  
 પ્રેદર મટશે. (૨૩) ચિત્રકની જડ એક તોલો મધ સાથે ચાટવાથી પ્રસવ  
 સુખપૂર્વક થશે. (૨૪) ચંબેલીના પંચામનો ઉકાળો પીવાથી માસીક  
 સાદુ લાવશે. (૨૫) લીંબુના ચોખા રસમાં જીરૂ નીમક પીવાથી હાંફ  
 ઉલટી ખાંસી મટશે. (૨૬) કઠોળની ફાટી પાંચ રતી લેવાથી માસીક  
 પિંડ દુર થશે. (૨૭) તુજના ઉકાળામાં ખુલાવેલો ટંકનખાર ખાવાથી  
 બંધ પડેલું માસીક ચાલુ થશે. (૨૮) અધેડાની જડ ઉકાળી ટંકન  
 સાથે પીવાથી પ્રસુની સરળ બનશે. (૨૯) બોરીક પાઉરની પોતલી દંડા  
 પાણીમાં બીજવી અંદર મુકવાથી લોહી ઝરતું બંધ પડશે. (૩૦) તણનો  
 ઉકાળો મુંઠમરી પીપર સાથે પીવાથી માસીક પિંડ તથા અટકેલા માસીકનો  
 ખુલાસો થશે. (૩૧) ગર્ભવંતીને તલ ખવડાવશે નહીં (૩૨) રાધનાં

તેલમાં સાધુનું શીણ મેલવી તેમાં ૩ ભીંજવી અંદર મુકવાથી કબ્બાતીં  
 સ્ત્રી છુટકારો પામશે. (૩૩) માલકાંઠણી યુગ કે ધતુરાની જડ કમરે  
 બાંધવાથી કમુવાવડ થતી નથી. (૩૪) અરકુસી પાન પીસી નીચલા  
 ભાગોપર લગાડવાથી પ્રસુતી સહેલી બનશે. (૩૫) બકરી દુધમાં મધ સાથે  
 સંદેહ ગરણી પીસી પીવાથી ગળડતો ગર્ભ સ્થીર થશે. (૩૬) અધેડાની  
 જડતો કવાય પીવાથી અને ગર્ભાશયમાં મુકવાથી તુરત પ્રસુતી થશે. (૩૭)  
 અરીઠાનો મગજ વાટી પોતલી બનાવી મુકવાથી બચ્ચું નીચે ઉતરી  
 આવશે. (૩૮) અધેડાની જડ કમરે બાંધવાથી, નીચાણમાં લગાડવાથી  
 તથા અંદર મુકવાથી પ્રસુતી વહેલી થશે. (૩૯) ખાંડ સાથે આસાંધ  
 મુળની કાકી એક તોલો દુધ સાથે લેવાથી દસ્તાનનો ધસારો કમી થશે.  
 (૪૦) નગોડના બી કાકવાથી માસીક ખુલાસો વધશે. (૪૧) નગોડ પાન  
 પીસી નીચે લગાડવાથી પ્રસુતી સરળ બનશે. (૪૨) ફલસાની જડ કુંટી  
 સંકેર તથા પીસાબની જગાએ પીસી લગાડવાથી મરેલો ગર્ભ નીકળી  
 આવશે. (૪૩) કાચે કઠિ બાવાથી રોકાયેલું માસીક ચાલુ થશે. (૪૪)  
 કઠિ સુંધાડવાથી મઢીલાનો હવસ શાંત થશે. (૪૫) આખરના કુલ પીસી  
 પેટ પીસાબ અને કમરે બાંધવાથી માસીક ખુલાસો થશે. (૪૬) ઇન્દ્રામણી  
 ઉકાળી બાદ લેવાથી માસીક આવશે. (૪૭) ઇન્દ્રામણી જડ પીસી પેટ  
 પર લગાડવાથી પેટ નાનું થશે (૪૮) જોજ જડ અંદર મુકવાથી છુપાં દરદો  
 દૂર થશે. (૪૯) અંદર કપૂરની ટેબલેટ મુકવાથી તથા કમરે કપૂર  
 મસળવાથી અંદરની પીડા દૂર થશે. (૫૦) કેળાંમાં ૧૦ રતી કપૂર  
 બાવાથી બાળક વહેલું લપસી આવશે. (૫૧) કારેલા પાનનો રસ પીપર  
 સાથે પીવાથી સુવારોજ દૂર થશે અને જાનીમાં દુધનો જમાવ વધશે. (૫૨)  
 કુલથીનો કવાય પીવાથી પ્રદર મટે—પથરી તૂટે—ચરબી પીગળે—ગાઠો  
 તરાય—પેટ નાનું થાય—વજન ઘટે—સુવારોજમાં રામબાણ. (૫૩) ગાજરના  
 બી, ગાજરના પાન, કાળા તલ, તથા ગોળનો ઉકાળો પીવાથી સ્ત્રી કબ્બ



વીના છૂટશે. (૫૪) કમળવાત માટે એલીથો સારો પણ ગર્ભવતીને અને હરસના રોગીને આપશો નહીં.

**પીસાબમાં નાળીયેર જેવી ગાંઠ, ટ્યુમર :**

એક બાઈને ખુરશી ઉપર બેસાડી, નીચે ઉકળતાં પાણીની તપેલી મુઠી બાફે આપ્યો ત્યારપછી, લીમ્મળા પાન ૪ રોર, ત્રિકુળાં ૧ રોર અને મોરચુ પાવલીભાર નાંખી, સર્વે દ્રવ્યો પોણા મણુ પાણીમાં ઉકળાં બશેર રાખી એ પાણી વડે અંદરથી પીયકારી આપવાથી ગાંઠ ચોક્કસ પીગળી ગઈ. નાંદોદના વેદ બાળાચક્રે પ્રભાચક્રનો આ પ્રયોગ છે. અને કસોટીમાં પાર ઉતરેલો છે. કાપવા ચીરાવવા અગતિ આ સારો ઉપાય. અજમાવી તમારી ખાતરી કરો.

**અચકર લોહીવા :**

કરમદી મૂળનો ઘસારો તાળાં કર્યા દુધ સાથે ચાર કલાક પીવાથી મહા રક્તપ્રદર, જેને તખીબો યુટેરીન હેમરેજ કહે છે તે અમતકારી રીતે નાશુદ્ધ થશે. ત્રણ દૈવસમાં જો નહીં મટે તો ત્રણેક દીનનો ખાચો નાંખી ફરીથી આપો. જરૂર આરામ થશે. (સુરતના વેદ મુદ્રર રતન ત્રિવેદી) ખાંડ સાથે મેંદીના બી અપાય છે, ફલી સાથે ચખાણે અપાય છે.

**વહેલો પ્રસવ :**

કાસુંદરીનું મૂળ અબોળામાં રાખવાથી બીને પ્રસવ વહેલો થશે. મુદત પહેલાં રાખવાથી ગર્ભપાત થઈ જવાની ધારણી છે.

**મહીલાઓની તમામ માંદગીઓ :**

(૧) સાલીતનો ઉકળો સીંચનોત્ર જોટલું કમ આપે છે. અગ્રેકારિયુ યુટેરીન ટોનીકનો ગુણ આપે છે. (૨) મધ સ્વચ્છ કમલના મૂળની જાદુ એક તોલો ચટાડવાથી 'અરમટ' નામની અવ્યગ્રુ દવાની દરિયો જનરે છે. (૩) ઉક્લ કંબળ છુટીનું દેશર પ્રવહી (૪) એક એકરે

કાલ્યાણદેવી) ગર્ભાશયની ક્રીયા નિયમિત કરશે (૪) પૂવજીવાનું મૂળ ઉકાળી ચોથો ભાગ રાખી રોજ સવારે ચોખ્ખાઈ આવ્યા પછી પાવાથી ગર્ભધારણ થશે. (૫) મહીલા જીવન, જોગેશી, સુંદરીસાથી, વીગેરે પેટ'ટ દવાઓ ઉપલા દ્રવ્યોની મદદ વડે બનેલાં છે. (૬) સુવર્ણ માલતી તથા અક્ષીમ કામર્સીની દવા 'સાહેલી' થી તથા માખણ ચાકર સાથે નાગકેસર અક્ષીમ ચટાડવાથી હિંગગઢ ધરોમા વાજતા ગુંગરા પેદા થયા છે. (૭) મજકુર ઉપાયોમાંથી કોઈ ખી એક ઇલાજ કરવાથી રતુદોષ, કમ્બવાનક, પિંડા સાથનો માસીકધર્મ, તથા બેકાણુ દસ્તાનનો ધોધ, લગામમાં આવી જાય છે. (૮) અરધા તોલા મધ સાથે કણ્ઠતરની અધાર એક વાલ ચાટવાથી ઉપર જણાવેલા તમામ વ્યાધીનો અંત આવે. (૯) રાહીકાનું મૂળ, અરજીતની જાસ કે રટકડી—ખાંક પીનાથી ચોખ્ખા આવશે. (વૈદ્ય નંદરામ પ્રગજી—નાગેશી)

**ભરપૂર ધાવણુ લાવનારો ગુરુઓ :**

ધીમાં તોણી પીપર ૦૧ તોલો, જીરું ૩ તોલા સતાવણી ૭ તોલા સાકર ૧૦ તોલા સધળા પાઉદરો મેળવી ૭ ભાગ બનાવી એકેક ભાગ, કાચા દુધ સાથે સવારે લેવાથી જાતીમાંથી દુધ ટપકવા માડરો  
(વૈદ્ય કનૈયાલાલ પુરાણી માળવા)

**પાંચ હીનમાં જ પ્રદર ખૂલે :**

લોધર ૦૧ તોલો, ગોદની લસ ૦૧ તોલો સાકર ૦૧ તોલો મેળવી દંડા પાણી સાથે રોજ બે વખત આપો. રૂકત તેલ આમલીની મનાઈ છે.  
(વૈદ્ય મંગળભાઈ ભુધરભાઈ બાવળા)

**ખુત ડાકણના વળગણ :**

(૧) ટિ'બરનો ગુંદર દેવતા ઉપર નાખી તેનો ધુપ લેવાથી ૧૫દિવસ પુર થશે.

## આરથરાત્રીસ—કુચેલી હાડકી :

(૧) જઠરાયતા સાધા તથા હાડકાના સોજા ઉપર પાકાં ટિંબરનો માવો ફેકવાથી દિવસ ધસવાથી ફરીવાદ દુર થશે.

કમર પિડા :

(૧) ટિંબરના સુકાં ફળનો જુદો-પાવલીભાર રોજ જણ વખત પાણી સાથે આપો. (૨) અથવા કમરકેશ આપો. (૩) અથવા ઘીમાં પલાલેનો માવલનો ગુંદર એકથી ખાંડ સાથે આપો. (૪) અથવા ગરમ દુધમાં પીપરી મૂળ પીવાડો. કોષ્ઠથી એક ઉપાયથી રોગ મટશે. (વૈષ વાસુદેવરામરામ—સાગપુર)

અભવતીના સ્વેદ દરદો :

(૧) ગર્ભવિનોદ રસની તૈયાર ગોળી વાપરો. (૨) ગર્ભવિનોદથી કમ્બુવાવડ અટકે. (૩) પાંડુ જલ્દેર સોજા અને આંખના દરદોમાં અકસીર છે. (૪) હરસ ચાંદી પ્રમેહ પ્રદરમાં કામયાગ છે. (૫) ગર્ભપાલ રસ પણ સગર્ભાં માંને અપાય છે. (વૈષ મણીલાલ ગણપતી શંકર મુરત)

પ્રદર તથા લોહીવા :

(૧) થોડીસાકર તથા કુલાવેશી ફટકડી, લાલ ગુવળાસ પાંચ પાન સાથે રોજ જણ વખત ખવાડો. (૨) પીલા કુલમાં કાયદો નથી. (૩) રસમન સુશુભ્ર પ્રદર સ્વપનદોષ કાષાળીટીસ મટે. (૪) બોરસલી અંતરછાવની જુકી પાવલીભાર પાણી સાથે પીવાથી પ્રદર મટે છે. (વૈષ નારાયણર હરગોવિંદ ખારડોશી)

ગભ્ પડતો હોય તો :

(૧) ખાંડના પાણીમાં ધાવડીના કુલ વાટી પીવાડો. (૨) જેઠી મધ સતતલથી ખાંડ પણ અપાય છે. (૩) ગર્ભપાલ રસ આપો (૪) કંડી ધર રેઝ. છોડ પીગલાવવા શુ કરશો ?

સુંઠ સતતલથી આસંધ જેઠીમધ ભાંગરો બકરીના દુધ સાથે પીવાથી છોડ, પીગવશે.

## ગાંધીજીની ઉલટી :

ખાડ સાથે છ ટીપાં સવંગ તેલ ચાટે.

### સંતાન દાયક થેગ :

ફળદ્રુપ (ત્રિકાળા ઘી ની બનાવટ જે ઘરવૈદ્યામાં છે તે) મેંકડો બાઈ ઉપર વાપર્યો છે. પાંચ વખત ગર્ભપાત થયવી સ્ત્રીઓના ગર્ભાશય સુધરી લાડવા જેવાં બાળકો ઉછર્યાં છે હમેલ રહેવા અગાઉ ૩૦ દીન આપી, પછી દર મહીને આઠ-આઠ દીન એ ઘી દુધ સાથે બે વખત પીવાડવાથી સુંદર બાળકો પેા થશે (વૈદ્ય કૃષ્ણરામ ભવાનીશંકર—કલુખીવાડ)

### સુવારોગત્ત્વ અવ્યથા ઓપધ :

નગોડના પાનનો ઉકાળો બનાવી જવખાર સાથે પીવા આપો. તેમ લસન વધુ આપો. વૈદ્ય ત્રિકમશાન દાવીદસ—ખાતપુર)

### ઝર તથા પ્રમેહની દવા :

કુલાવેલી ફટકડી ૦૧ તોલો, કાથો ઉચો ૦૧ તોલો અને ચીનીકપાશા ૫ તોલાનો ભુકો બનાવી ઠંડા પાણી સાથે રાજ બે વખત આપી, ફટકડી પાણીથી બંદરની જગા ધોવા જણાવો પ્રમાણુ બે આનીસાર.

(વૈદ્ય શાસ્ત્રી એસ. એલ ખરમન—મુરત)

### પ્રદર, કમુનાવડ, લોહીવા :

દહીં સાથે શખજીર ૧ તેલો ખરાડો અને ગોલાખજલમાં શંખજીર તથા દશાગ લેપ મેલવી પેટ નીચે ઝોના પેતાં મૂકવાથી અને દરદીને ખીજનામાં રાખવાથી ગંભીર ‘હેમરોજ’ ના કેસો થોડા કલાકમાં સુધર્યાં છે. (વૈદ્ય રાધવજી માવજી—ગોળા)

### હસ્તાન કમ ચાલુ કરવો ?

(૧) ગરમ પાણીમાં તેટલું જ સરસુ તેલ નાંખી ઉકાળી, પાણી

અળી ગયા પછી જોળ નાળી એકરસ થાય ત્યારે ઉતારી પીવા આપે।  
ત્રણ દીનમાં અટકાવ લાગશે. (૨) હીરાબોલ હીરાકસી એળાએ મેળવેલી  
જોળા એળિયાદિ વતી ખાવાથી અને અંદર પહેરવાથી ૪૮ કલાકમાં જ  
રૂઠુ લાવે. (૩) મધ સાથે મધયોગરાજ ગુગળ ચાટવાથી 'પણુ બધ પડેલો  
દસ્તાન પ્રવાહ આણુ થાય. આ પ્રયોગો ગર્ભિણી માટે હાનીકારક છે  
માટે સાવચેતી રાખવી.

### સંતાન થાય નહિ:

કેટલીક સ્ત્રીઓના લાગે નાના અને બધારણુ ત્રિચિત્ર હોવાથી પ્રસૂતી કાળમાં  
જોખમ વધે છે. એવી કમનશીબી દૂર કરવા અને ગર્ભપાતના  
ર પાપથી બચાવી લેવા માટે જ 'પંડિતોએ ઔષધો બતવ્યાં છે.  
તે વીનાનું જીવન એ પ્રાણુ વગરના પૂતળા જેવું નિરસ છે.  
હવિએ કહ્યું છે— 'જે ઘર છુટે પારણું તે ઘર સ્વર્ગ સમાન'  
તે નિયમણુની કે બર્થ—કટ્રોલની હીમાયત આણુંવેદ કરતો નથી.  
નો કાયદો તે આરોગ્યનો કાયદો। કુદરત માતાના અમૂલ દરમાનો વિરૂધ્ધ  
। આચરણુ કરે છે—કીમતી રજ અને વિધનાં જે બેકામ રખાયું કરી  
છે—શણુભંગુરની ટુંકી મગલ માટે બહુચર્ચનો. વારંવાર ભંગ  
જાય છે—તેઓ હંમેશ માટે જાણી લે કે દરેક તેવા કુકર્મોથી, દૈવી  
। સામે તેઓ સત્ક્રતા જ વધારી રહ્યા છે. જનન અભયો  
સંતાન પ્રાપ્તિ માટે જ અપાયા છે. હવસ અને કામ વાસનાની  
। સંતોષવા માટે નહિ. બહુચર્ચ એજ ખરું જીવન એજ રહેલો  
। સંયમ એજ ખરો બર્થ કટ્રોલ છે. વિધાં વીનાનું  
પ તે રવિ વીનાના કળાં અંધકારમય જગત જેવું છે. માટે  
। કર્મો કરવા અગાઉ જરૂર ચોખજો—વિચાર કરજો હમે  
થી કામજી લાગેને આલાત પુમે છે. બદન પુલે છે.  
। ટુમરો બધાય છે. મગજ નબળું બને છે. જંદર

ખગાડી મંદામિ જન્માવે છે. માટે હે સર્જનો! ધરદાપૂતક તુકથાન્ત કરવા અગાઉ ફરીને ફરીથી સૌચ કરો! અલ્પયર્થમાં જ જગતનું કલ્યાણ છે.

(૧) વીસ તોલા પાણીમાં દસ તોલા કેસુડા બીજની રાખી નીચેવી તેનું પાણી દરતાનના ૪ દીન આપો. (૨) પાનના મુના સાથે જુનો ગોળા દીન ખાવાથી હમેશ રહેતો નથી. (૩) લાખ ૬ તોલા પીસી તેમાંથી રેજ ૩ તોલા પીવાથી રૂઠું ચાલુ રહે પણ સંતાન થતાં નથી—દવા અંદર લાખમ થતાં કમળનું મુખ બીડાઇ જાય છે. (૪) સ્ત્રીને હમરે ધતુરાનું મુળ બધિવાથી ગર્ભ રહેતો નથી. (૫) સરસયા તેલમાં લીંગ વાલ ૫, ઉકાળી પાંચ દીન પીવાથી ઓધન નહિ રહે (૬) લીંબોલી તેલમાં બીજવેલો સિંધવનો ટુકડો છુપા લાગમાં રાખી એક ઠલાક પછી મેલાપ થાય તો ગર્ભ રહેતો નથી. (૭) જાસમાં શુદ્ધ ગંધક ચાર દીન ખાવાથી ઓધન નહીં રહે. (૮) ગોળ સાથે કેસુડાના પુલ પાંચ તોલા મેલવી દસ ગોળા ખનાવી પાંચ દીન આપો. (૯) પાંચ પહેલા દીસસોમાં લીંબોલી તેલનાં પોતાં અંદર મુકા તો ગર્ભ નહીં રહે. (૧૦) મધ સાથે પીપર વાવડીંમ ટંકન ખાવલીમાર પાંચ દીન ચાટવાથી સંતાન અટકે. (૧૧) પાંચ દીન કવારે કારેલીનો રસ પીવાથી હમેશ રહેતો નથી. (૧૨) સરસયા તેલમાં ગુગળ ઉકાળી પીવો. (૧૩) કન્દ્રામણી રૂળ અંદર રાખવાથી ગર્ભ રહેતો નથી. (૧૪) અધેડનું મૂળ મસુતી લાવશે. (૧૫) અરીઠાંનું શીસુ, તજના ઉકાળા સાથે ટંકનખા, કળાહારિ કંદ, ચિત્રક જાસ, અનેનાસ, કાચો પપાઉં, ગાજરના બી, કાળા તલ, કલોંજ, જુનો ગોળ, જાણુનો ગરમ રસ મધને ગુગળ સાથે—ચાટલાં દ્રવ્યો ગર્ભ અટકાવનારાં છે. (૧૬) ઠંડા પાણી સાથે ખાખરાના બીની રાખ આપો. (૧૭) ચિત્રકની છાલ નો તોલો, સરસ્યું તેલ ૧ તોલો અને ગોળ ૨૫ તોલા મેળવી ત્રણ દીન ખવાડો. (૧૮) સાંપની કાંચલી 'ગર્ભનાશીની' મનાય છે. (૧૯) ખાં સાથે સસલાની લીંડી વટેના જેટલી ખવાડો. (૨૦) જેટલી ગોળા ખાં

તેટલાં વીક રક્ષણ મલશે. (૨૦) રતીવારે બાળકનો ઘાંત પડે તેની તાલીમ હાથે બાંધે. (૨૧) સિધવ, લીબેલી ખીજ આવલ કુવ, સારોડીનું મૂળ, એલીયો મેળવી ગાળા બનાવી અંદર પહેરવા કહો. (૨૨) સારોડી મૂળ ને સિંધાલુદની ગાળા પહેવા આપો. (૨૩) એલીયો સુતો છાસમાં ધુંટી સોપારી જેવી ગાલી બનાવી અંદર ત્રણ દીન મુકો તો મારીક બધ થરો. (૨૪) અમલસારો ગંધકનો ધુમાડો લેવાથી શ્તુ બધ પડશે. (૨૫) હામીનાં તાળાં લીંડાનો રસ પીવાથી મારીક આવતો અટકશે. (૨૬) આ ઉપાયો ગળાં અટકાવનારા છે પણ દીવસ ચઢ્યા પછી દાઢ એમી બાળક પાડવાનો ઉપાય લેવો નહીં. એક વખત ગળાં રહ્યા પછી તે પડાવવો એ ખુન કરવા જેટલો અપરાધ છે.

**સરજરી વિન્ પથરી ક્યારે મટે ?**

ગાયના પિતાશયમાં ગોરાચન, બકરીના પેટમાં પેદર બાગર તેમ જ માનવ સરીરમાં પથરી રૂપે ગાંઠો બધાય છે. અપાન વાયુ પીસાબને રોકે અથવા વિચીને રોકે ત્યારે પથરી થાય. નદી કે દરીયામાં હમરપૂર પાણીમાં ઉભા રહી મુતરવાથી વિચી, પિત તથા કફને મોત્તના શ્લેષ્મથી સૂકવી ઠાંકરી બાધે. કથોલ મગફલી પથરી કરે (એને પાનવી પણ કહે છે) અશમરી રોગ ચાર પ્રકારના છે. વાયુ પિત કફ તથા વિચીથી થાય. મીઠાઈ, ચીકણા અને જડ યોરકો માતા ખાઈ લે ત્યારે ધાવતાં બાળકની કોમળ ઇન્દ્રિયાં પણ પથરી બંધાય છે. કફ તથા પિતની પથરી દેશી ઉપાયો વડે મોટે ભાગે દુર થાય છે. નાળી અને અંડકોયમાં મોળો હોય, પીસાબ રોકાઈ ગઈ હોય, તીક્ષ્ણ થઈ મારતી હોય તો એ રોગ 'અસાધ્ય' માની લેજો. અસ્તીની પથરી કરતાં (કોની) વૃક્કસ્થાનની પથરી બારે દુઃખદાયી ગણાય છે. વાત પથરી દવાથી કપતી નથી. ઓપરેશન માત્ર એનો ઇલાજ છે. પથરીનો દોષ લોહી અગડવાથી થાય છે.

એવું યુતાની મત છે. હીંજુનો સુપ પીવાથી મટે છે. લોહીનો વિકાર શરદમાં ઉતરી આવે છે. માયુકંગ જેવી સખન અને ગોખર જેવી કાંઠાવાલી પથરી કેલશીયમ ઓક્સાઇડ કહેવાય છે. (૧) મધ સાથે શીતાજીવ ચાટવાથી કે ગોખરના ઉકાળામાં જવખાર પીવાથી અથવા કાંઠના રસમાં ટંકનખાર પીવાથી માત્ર ૭ દીનમાં જ પથરી ચૂરા થઇ નીકળે એવો આકૃત્તિવેદનો મત છે. (૨) એખરાની જડ ઉકાળી પીવાડો. (૩) બીજેરીના મૂળનો અથવા બકુલનો જુકા પાવણીઆર સવારે ઠંડા પાણી સાથે પીવાડો. ચોખાના ધુવથુમાં પીપરીમૂળ અથવા સરવનાના મૂળનો કવાથ પીવા આપો. (૪) ચીલરાના મૂળ ઉકાળી પીવાથી માત્ર ૩ દીનમાં જ પથરી ઓગળી જશે. (૫) સુંઠ ગોખર વ.વાવરણીની જાલ અને ગેળ ઉકાળી જવખાર સાથે પીવા આપો. (આ વરણાદિ કવાથ વડે કંથમાળ, ટયુમર અને પોસ્ટેટની તકલીફો પથુ દુર થયાં છે. (૬) દસ તોલા દહીં સાથે કુકુની જાલ. ના તોલો ખવાડો. (૭) ગમ્મજી, પાવખ, અથવા ભોંધપાતરી ભાજી, છંદ સાથે પકાવી જમે. (૮) પાન સાથે આખો મૂળો સવારે ખાવો. ખરણુચી ખાવાથી મટે. કપાસના મૂળનો ઉકાળો આપો. મેંદીની જાલ ઉકાળી પીવાડો. જાંબુજાળ ખાવાથી મટે. હીમડાં પાન ખાવાથી મટે મૂળાના પાનના રસમાં અજમે આપો. (૯) લાલ પાકટ કાળાનો રસ જે તોલા લઇ તેમાં જવખાર નાંખી ૨૧ દીન પીવાડો; રોજ પીસાગ તપાસો. (૧૦) ગોખર પાણાણુમેદ અને હીમડાના પાનનો ઉકાળો જે વખત પીવાડો. (૧૧) જવાસો ફાકો. સહદેરીના રસમાં જવખાર પીવો આ પ્રયોગ વડે ડે. અનસાલીએ કોઇ મહારાજાની પથરી કાઢી મોટું ધનામ મેળવ્યું હતું. (૧૨) જાંબુજાળા ક્ષીયા તથા જાંબુજાળા અંતર જાંબુની ભુકી મેળવી ફાકો કાટાચડીવાનું પંચાંગ ઉકાળી પીવો. (૧૩) ચંરપખાના મૂળ તથા કલધીનો ઉકાળો બનાવી સુરખાર નાંખી પીવાડો. અથવા ખાંડ સાથે શરપખાના પાન ચાવવા કહે. મધમાં જંગ ભરમ ચટાડો. (૧૪)



કેમુડીના ટુલ, કાલા કહુની જાલ, સતાવણી ગોખર પાણીએ ઉકાળી જવખાર સાથે તે ૧૪ દીન, એ વખત પીવે. પરિક્ષિત પ્રયોગ છે. (૧૨) સુંઠના ઉકાળામાં એરંડયુ પીવાથી અથવા રોગ એ વખત દહેલીપૂર ત્રિકુલ્લો છુટી પાવાથી-મટે. (૧૩) સાટોડીનું ચુર્ણ અથવા પૂતરનવાદિ ક્વાથમાં જવખાર આપે.

**બહારના ઉપાયો :**

(૧) લીમડ-અગુસીના પાન બાફી બાંધે. (૨) કેમુડીના ટુલ બાંધે. (૩) ખીસાખમાં કપૂર મુકે અને કુંટી પર સુરખાર પાણીમાં મેળવી લગાડે ખસખસ પોપના સેકથી પણ પિડાની શાંતી થશે.

**શાસ્ત્રીય ઔષધ :**

ત્રિવિક્રમ રસ, મૂત્ર વિરેચક ક્વાથ, અશમરીમેઠક રસ, એવાદિ ક્વાથ.

**અનાઈ :**

દુધ, ગાળ, કથોલ, અને મીઠાઈ જેવો જડ અને ભારી ખેરાક બંધ કરે.

**ખેરાક :**

પાલખ બાજી, ચોલાખ બાજી, એરંડયુ, તલનું તેલ, લસન, કાદે, પંપાઉ, અનેનાસ, સેકડો, લીંછુ, ગાજર, ખારલી, કથથી, આદુ, દોધી, બીંગા, કોણું, ગુણધર્મ છે નેપર ક્યોરવાલા નાસવતી સરસ્વંદ અથવા અનેનાસ ખરાડીદીનમાં ૪ વખત પારસલી (અથવા કુવતી) નો ઉકાળો પીવાડે છે.

**હોમ્યો પથ :**

ડૉ. બરનેટ દાદગૂસડીસના ૧૦ દીપાં ઉકળતા પાણીમાં આપી સખન વેદના દુરં કરે. એક બાટલી પાણીમાં પીપરાઝીન એ ઝેન મેવરી પીવાથી થયરી પીગથશે. કાલકુલસ રીનાલીસ અપાય છે. બરનેરીસ રેપેરીરીક છે.

## ખતયોદ્ધિમીક ક્ષાર :

મેગદોસ ૬ ગરમ પાણીમાં લેવાથી દરદ ઓછું થતો. નેટ્રમદોસ ૬, નેટ્રમસલ્ફ ૬, અને 'કેલકેરીયા' દોસ ૩૦ થી કેલશીયમ ઓક્સાઇડ પેગલ્યા છે.

## ભંગદર રોગ :

પંડિતો કહે છે કે આ રોગ પૂર્વ જન્મના કે આ જન્મના પાપોથી થાય. લુખા ગરમ જોરાકથી વાતપિત કુપિત થઇ સફરામાં વ્યારે તરફ માંક બને પિડા પેદા કરે જે પાકે પુટે અને તેમાંથી રસી વહેવા કરે, એ રોગ ભગદર! વાતપિત કદ સનિપાત અને ચોંટ મલીને પાંચ પ્રકાર 'સાદરોએ' જણાવ્યા છે. (૧) સુંક સિંધવ ચંબેરી પાન જાસમાં વાટી લગાડવાથી એ રોગ જાય. (૨) ત્રિકાં સાથે ગુગળ અને પીપર મેળવી અથો તોલો, પાણી સાથે ખાવાથી ગઈ ગુમડાં દરસ સોળે ભગદર નાશ પામે. (૩) સો વખત ધોખેલાં અખણમાં હલદ લગાડવાથી કે બોલીક પછેદર ગરમ પાણીમાં ચોખવાથી પણ રોગ મટેલો છે. (૪) અસ્તુસી પાનના રસમાં સિંધવ લગાડો. (૫) અરબુનની છાલ સાથે ખીલાડી અને કુતરના હાડકાં ધસી લીમાં લગાડો. (૬) કાલા તલ મહુડાંના પૂલ તથા લીમડાની છાલ પીસી ઠંડા પાણીમાં પીવો. (૭) આહાલું દુધ હલદ સિંધવ ગુગળ અને કનેરના પાન એરડ્યા તેલમાં પકવરી લગાડો. (૮) ભંગદર પાકવવાના કે ફેડવાના ઉપાયો લેશો નહિ. (૯) દસાંગ લેપ લગાડો. (૧૦) સુંક સાટીડી મેલો જેડીમધ વડના કામળ પાન પીસી ગરમ પાણીમાં લગાડવાથી માંક પુણસી ભગદર ખેસી જશે. (૧૧) દરાખ તથા એલીયો ખસખસ પોષના જલદ છિકાળામાં લગાડવાથી ભગદર ખેસી જશે. (૧૨) 'ખીલાડી કમડાં લાતી, ત્રિકાં રસ સંભોગ, પીસી ચતની ચોપડો, જાય ભંગદર રોગ.' (૧૩) 'સુંક સિંધવ ને હલદી, વડના પાન ગ્યો, જાવંત્રી ધસી

સંગાડો, નાચ ભગંદર રોગ'. (૧૪) નેપાલો હલદી, આમલા, પીસી પાણી  
મીઠાય, લેપ કરે. પ્રભાતના, રોગ સમૂળજો ભય. (૧૫) સુકા અંજીર કે  
ખાંદેલાં ગાગરની પોટીસ બાધી.

### પ્રદર રોગ :

ઉપરા-ઉપરી બોજન લેવાય, સંસાર વહેવાર વધુ થાય, ચિંતા,  
દીવસે સુવાની ટેવ, તથા ભારી વજન ઉંચકવાથી મહીલાઓને સહેદ લીલાં લાભ  
અને પીલા રંગની ધાતુ વસા કરે છે તેનું નામ પ્રદર (૧) તાળ કુધમાં  
ખાંડ સાથે ચંદન છુટ્ટા પીવાથી રક્તપ્રદર લોહીવા, બેકાણુ ઝરણુ, ઝપટી  
કણુમાં આવે છે. (૨) હાસ સાથે નીરમલીના ખી કે નાગકેસર ખાવાથી  
સહેદ પ્રદરની શીકાયત ખતમ થાય. (૩) મધ સાથે ધાવડીના પુલ  
આટવાથી લાભ પ્રવાહ રોકાઈ જશે. (૪) રક્ત કાયમીરના રસમાં સાકર  
કે ઠંડા પાણીમાં વાટેલાં ધાના પીવાથી ધૈર્યમાર જતો દસ્તાન, મંત્ર  
વેગ થોખી જશે. (૫) બે તોલા ગોળ સાથે લીમડાની હાલ દસ તોલા  
પાણીમાં ઉકાળી અરધો ભાગ રાખી પીવાથી રાક્ષયેવું દસ્તાન ખુબી જશે.  
(૬) સુકા અંજીરની પોટીસ બાધવાથી ખીસાજની જાની કીર ફેડા રરતી  
બંધ પડશે. (૭) સવારે કાચું ઇંડું પીવાથી, જપોરે ચના ખાવાથી અને  
રાતે કેળું-ખાંડ જમવાથી પ્રદર રોગ રવાના થશે. (૮) ગોખર ખાંડ સાથે  
ખાવડાના પાન ચાવવા કહો. (૯) કમરકાઢરી સીંગિયાની લાપસી ત્રણ  
સખત ખાવાથી ચમત્કારી શુણુ માલમ પડશે. (૧૦) મધમાં કાપેલાં  
અંજીર બોંજની ખાવાથી લોલી સાદ થશે. આઠો ઉતરશે, અને સુકાં  
તાવદાન સરીરો ભરાવો પડશે. (૧૧) મધ સાથે ગલો અને અરડુસી રસ  
ગટાવવાથી છૂટેલાં દસ્તાનનો 'નલ' બંધ થશે. (૧૨) મધ ખાંડ હલદ પાણી  
સાથે આમલા છુટ્ટા આપો. (૧૩) આમલીનો મગજ, ખાંડ સથે  
કુધમાં પીવા આપો. (૧૪) અકકલકચનો કવાય પીવાથી દસ્તાન ચાલુ થશે.

અશોકની છલ ઉઠાણી દુધ સાથે પીવાથી તીન રક્તપદ્ધતો નાશ થશે. (૧૬) ધમર મૂળની જડ ઉઠાણી પીવાથી દરતાનનો ખુવાસો થશે (૧૭) અરીકાનો ખાંદ લેવાથી બેચેની ઉઠાથી હવસ ચાત પામશે. (૧૮) જીની અમલીના ઝાડનો રસ પીવાથી મહીલાની સુકી જાતી દુધથી દનદાર થશે. (૧૯) લીજીનો રસ એક ચમચાપૂર પીવડાવવાથી બી હવસનો ગભરાટ દુર થશે. (૨૦) ખાંડ સાથે મોટા એવચાની કાકી આપવાથી સફેદ પ્રદર સાંત થશે. (૨૩) ખાંડ, પીંછી માટી અને કમળકેસર ઠંડા પાણી સાથે ફકિવાથી લોહીવાલા પ્રદરમા રૂકાવટ થશે (૨૪) કેળાં માખણ ખાંડ આટવાથી ચોક્કસ કાયદો થશે. (૨૫) ઠાખરા ભાજીનો રસ ચોખાના પાણીમા પીવાડી દો. (૨૬) લોધર જીરું બે આનીભાર ખાંડ સાથે ફાકવાથી પાત્ર દીનમાજ રક્તપ્રદર મટે ગેરંટીક (૨૭) આવલ છાલનો ઉઠાણો પીવાથી અને એજ ઉઠાણા વડે કુચ-પીચકારી લેવાથી પ્રદર તથા લોહીવા ઝડપથી બંધ થાય. (૨૮) ફટકડીની પીચકારી લેવાથી પીસાખના લીવા ભાગો મજબુત થશે. (૨૯) ચોખાના પાણીમાં ખાંડ તથા જોદીમધ પીવાથી દરેક જાતનો પ્રદર મટે. (૩૦) ભાગરાના પાન સથે સાટોડીની જડ ખવાડો. (૩૧) ખાંડ સાથે જોરસલીની છાલ ખવાડો. (૩૨) ખાંડ સાથે ખરેદી જડનો જીરું આપો. (૩૩) ઘી સાથે લાખની જીરું આટવાથી રક્ત પ્રદર અચૂક મટશે. (૩૪) મધ સાથે ઉંમરાના ફળ ખવાડો. (૩૫) દોધી, સફેદ કેળું, તલ, માખણ, ખાંડ, આવલ, પાન, ફટકડી, કેરીની ગોટલી, કમલકાંકડી, સીંગેલાં, કેળાં, ચનાં, તથા બીજનો સુપ પ્રદરનાશક છે.

### સંત્રહણી

(૧) લીજું રસમાં ત્રિશૂળા સંચળ સોનામુખી મેળવી ચાટો. (૨) મેથીના ઘણા અને આમલાના પાન ઉઠાણી પીવો. (૩) સુંઠ સાથે કોડીની

‘લસમ આપો. (૪) ગોળ પીપરની ગોળા ગળાવો (૫) જાસમાં સાકર પીવાથી પિત્તની સંત્રહણી મટે. (૬) ત્રિફલુ સિંધવ, જાસમાં મેળની પીવાથી કફની સંત્રહણી દૂર થાય. (૭) દાઝમની જાલના ઉકાળામાં સુંઠ-ચંદન પીવાથી લોહીનો ઝાડો ખંધ થશે. (૮) મસુરના ઉકાળામાં ખીલીનો મગજ પીવાડો. (૯) જાસ અથવા ચોખાના પાણીમાં સફેદ મુસલો આપો. (૧૦) ઘી સાથે સુંઠ ઉકાળી પીવાથી તાવ ખાંસી બરણ પાંકુરોગ તથા સંત્રહણી મટે. (૧૧) સુકી આંખાની ગોટલી પીસી પાવલીભાર ઠંડા પાણીમાં આપો. (૧૨) રાજ સાથે ખાંડ ફાંકો. (૧૩) દહી સાથે ખજુર ખાવાથી જલદી ફાયદો થશે. (૧૪) દહી સાથે આમણા ભુકી આપો. (૧૫) પાણીમાં મર ઝાંસીંગ એક તોલો પીવાડો. (૧૬) રાતે ભીંજવેલો કઠીરો યુંદર અરધો તોલો સવારે એક તોલો ખાંડ સાથે પીવાથી સંત્રહણીનો અવસ્થ નાશ થશે. (૧૭) જાંબુ ખાવાથી, દહીયાનો ભુકો ફાંકવાથી અને જાંબુલની અંતરજાલ ઉકાળી પીવાથી સંત્રહણી મટે.

### હરસ :

(૧) ભીંજવેલા મેથીના ઘણા સવારે પીવો. (૨) કાપા તથા માખણ ખાંડ ખાવાથી બેઠિ જાતના હરસ મટે. (૩) માખણ ખાંડમાં નાગકેસર ૭ દીન સવારે ચાટવાથી દરેક પ્રકારના હરસ મટે. (૪) મુળાનો રસ માખણ સાથે કે આદુનો ઉકાળો એકરો સવારે પીવાથી હરસનો નાશ થાય. (૫) કેપમુલમાં વવર્તા મુરણનો ભુકો ભરી ગળવાથી હરસ ખાત્રી પૂર્વ મટે-પેટનું બનાવી વેચવા લાયક હવા છે. (૬) સ્વાદિષ્ટ ત્રિરસન ગોળ-હરડે ખાઈ લેવાથી મટે. (૭) એલચી ૦૧ તોલો, કાથો ૦૧ તોલો, દહીણી સોપારી એક તોલો અને અજમાની રાખ ૦૧ તોલો ગાળના ઘીમાં મેળવી લગાડી ઉપર પીપલોના પાન બાધો—સાત દીનમાં આરામ (૮) જાસ સાથે ગોળખૂંડની જાલ પીવો. (૯) પાણી સાથે ઢાલાં મરી ફાંકવાથી આમણ ઉતરશે નહીં. (૧૦) માખણમાં રસવંતી ચાટવાથી લોહીના હરસ

મટે. (૧૧) દહી મલાઈ કે ખાંડ માખણ સાથે ચંખણું એક તોલો ખાવાથી પ્રદર લોહીવા તથા હરસનું લોહી એકકસ બંધ થશે. (૧૨) લોહીના હરસમાં કાચા દુધ સાથે ચીનીકાલાની જુદી પાવલીમાર આપો. (૧૩) ખાંડ સાથે કમળના પાન ખાવાથી આમણ ઉતરશે નહિ. (૧૪) બે ગ્લાસ તાજા ઠંડા દુધમાં લીંસુની ચીર નીચેવી ત્રણ દીન પીવાથી લોહી બંધ થશે. (૧૫) એકઠું દહી-ખાંડ લોહી રોકશે. (૧૬) ખાંડ સાથે જાંબુલ પાન આપો. (૧૭) હરડેના કવાચનો એનીમા આપો, હરતાલ કાથો માખણ લગાડો. (૧૮) ખારા પાણી વડે પોવાથી થણા જણના હરસ ખરી પડ્યા છે. (૧૯) ખારેલા જીરુંની પોસ્ટીસથી ઝડપી લાભ થશે. (૨૦) પાણી સાથે કાલા તલ સવારે ૩૦ દીન લેવા—આ પ્રતોગથી ડાયાબીટીસ દંતરોગ નબળાઈ સફેદ બાળ તથા હરસ ચાલ્યા જશે. (૨૧) એરેકાચલાની કુમાડી આપો. (૨૨) મધમાં કસોજીની રાખ લગાડો. (૨૩) ખાંડ-ધાનને દુધ પીવાથી ખુચી બાવાસીર મટશે. (૨૪) અરણી પાન પીસી બાધવાથી પિડા દૂર થશે (૨૫) અલસીના તેલમાં કલાઈ સફેદ ૪ દીન લગાડો. (૨૬) નાસપતી સાથે નાગકેસર ખવાડો. (૨૭) પાણી સાથે અધેપ્રના બી ફાકવાથી લોહી બંધ થશે (૨૮) ખાંડ સાથે સફેદ કાદાનો રસ પીવો. (૨૯) ચોખ્ખા લીમાં ખટુમડા લાજીનો રસ (ચાગીરી) લગાડવાથી હરસ તથા આમણ પિડા દૂર થાય. (૩૦) ઇન્દ્રામણી જુદી પાણીમાં લગાડો.

ન્યુમોનીયાનું નિવારણ શું ?

સગીપાત કાળરવરૂપ છે. એમાં અનાજ ખવડાવવું એ તો ઝેર દેવા બરોબર છે. મોતની સગીપ લઈ જવાર રોગીને સગીપાત કહે છે. એના ૧૩ પ્રકાર છે. ટાઇફોઇડ તથા ન્યુમોનીયાની બન્નેથી એ લાયકર વિભાજનમાં થઈ છે. સરદીમાંથી આ રોગનું મંડાણ થઈ લખવખાં તથા ૧૦૫ મુધીનો.

લીક્ષણ તાવ દેખાય છે. પહેલાં સુષી ખાંસી થાય. પછીથી સહેદ સાથુના શીથુપનેવો કદ પડે. ત્યાર પછી સુકાયેલો અથવા લોહીની છારીથી રંગાયેલો બગખો દેખાય છે. શ્વાસ દુઝે અને અપથી ચાલે.

આ દરદીને પહેલાં તો ઉપવાસ કરાવે. ઉપવાસથી રોગી બચી જશે. એ વખતે ત્રણ દોષો બગડેલા હોય છે તેમાંથી ફક્ત કદનોજ ઉપાય કરે. એવી ચરકભગવાનની સલાહ છે. પિત્ત ઓછું કરવાના કે ઠંડા ઉપાયો લેવાથી વાયુ અને કદ બગવાન-બની, રોગીના પ્રાણ નહકી હરી લેશે. માટે યશની અગ્ર રાખનારે ગરમ દવાથી કદનીજ ચિકિત્સા કરવી. ધણા જવાન કાઝગરા છવે કુમળા વયે પોતાના કુટુંબીને રક્તા મુકીને સ્વર્ગ જતાએ ઉપડી ગયેલા જોયા છે. રોગીને જીવડવો હોય તો ખોરાક બંધ કરો. જુઓ રાખવાથી મળ (શિષ) પાકે છે. પાંચ સાત દીવસ એકલું ગરમ પાણીજ આપો. તે પછી મદનાદિ વમન કે ધોડાવળ જુકી પાવલીમાર ગરમ પાણી સાથે સવારે આપી ઉઘટી કરાવો. અકલકરો સુસવા આપો. કાયદલની જુકી કે પરમેગનેટનો જુકો સુંધાડી મસ્તકમાં જામેલો કદનીએ લાવજો. અરીસું પાણી કે લીંબુનું દીપ્ત આંગવાથી જાગૃતી આવશે. ખોરાક, ઠંડક ઠંડી દવા, ઠંડા પાણી કુધ કે કદ વધારનારા પદાર્થો ન્યુમોનીયામાં પ્રાણુધાટક છે. ઉપવાસ અને ઉઘટી કરાવ્યા પછીજ ઉપાય ચોજવા. (૧) ચિત્રકની જડ (જલ) ૩ રતી સાથે પીપર જુકી એક રતી મધમાં મેલવી દર કલાકે ચટાડવાથી મરણુતોલ રોગીઓ બચી ગયા છે. પરિક્ષીત પ્રયોગ છે. (૨) તુલસી આદુ મરી અને મધ ચટાડો. (૩) રાષ્ટ્ર સાથે કાલી કાશી જલ્દલ જનાવી પીવાડો અને ગરમ કરેલા મેથાલેટ્સ સ્પીરીટ માં સુંઠ અથવા કાયદલ મેલવી આખા શરીરે ગરમ ધસો. (૪) આદુના રસમાં દરરોજી લેરવ ગોલી ચટાડો. (૫) શ્રીગાદી સુણું મધમાં ચટાડો. અને ટરપેનટીન ધસી ગરમાવો લાવો. (૬) આદુના રસમાં લક્ષ્મીનારાયણ ગોલી ચટાડો. (૭) આલંદ લેરવ, ત્રીપૂર લેરવ, કે વીજુવન કીતીની

ગાલીઓ કારગત નીવડી છે. (૮) મધ સાથે સીતાફળ પાનનો રસ ચટાડો. જંતુધન પેટ સાફ લાવનાર, શાંતીદાતા અકસીર છે. (૯) ભોંયરીંગણીનો ચરક અથવા કંટકારિચ વલેહ આપો. (૧૦) અત્રસી અજમાની ડાંચી પીવાડો. ઘોડાવજ અથવા આકાલું મૂળ ગરમ પાણી સાથે અપાય છે. (૧૧) ભારંગીના ક્વાચ ૩૨ વાણાનો અથવા અરકાદી ક્વાચ આપો. (૧૨) કીતલીમાં ઉક્ષતા પાણીનો બાફ ફેળાવી રૂમ ગરમ રાખો. (૧૩) રાઈના તેલમાં કાષફલ જુકી છાતીએ લગાડો અથવા અત્રસીનો ગરમ સેક કરો. એન્ડીફોજરની નેટલું કામ આપશે. સીંગાઓલ અરધી ટેબલેટ અપાય છે. (૧૪) બાયોનીયા ૬ અને ફેસ ૬ હોમ્યોપાથ વાપરે છે. (૧૫) બાયોઠ્ઠીક દવા ફેરમફેસ અને કાલીમુર ગરમ પાણીમાં આપો.

**નાસુર ફેલા :**

(૧) કાપરેલમાં ઉક્ષણી છુટી નાગફેસરના ટુલ લગાડો. (૨) મીથુ, તેલ, અખરોનો મગજ પીસી લગાડો. (૩) ધાવડીના ટુલની જુકી બલગવો (૪) બાફેલા ધાનાની પોટીસ બાધો. (૫) લીમડાની છાલ બાળી તેની ભરમ લગાડો. (૬) અધેડા પાનનો રસ લગાડો (૭) અલસીની પોટીસથી પાકશે. કોલસાથી પાકશે. (૮) બાફેલા મુઠ અંજીરની પોટીસ બાધવાથી સોજો ઉતરશે (૯) ગરણીના બી પીસીને નાંખો (૧૦) આમલીનો મગજ પીસી પાણીમાં લગાડવાથી ભયંકર નાસુર મટશે. (૧૧) દારૂળદરની જુકી ધુવર તથા આંકડાના દુધમાં લેગાડવાથી ભગંદર મટશે-તથા હાલકાનો દી-બી દૂર થશે. (૧૨) પાકાની જડ અથવા આકડાના પાનનો જુકો લગાડો. (૧૩) પપાઉંડું દુધ લગાડવાથી ગાંઠ વીખેરાશે. (૧૪) સરસ્યા- તેલમાં, કપીલો લગાડો. (૧૫) ગાજરની ગરમ પોટીસ બાધો. (૧૬) બોરડી તથા લીમડાના પાન બાધી બાધો. (૧૭) ચંદન તેલમાં કપુર અને લીસું લગાડો. (૧૮) એલીલો-કાચો મેળવી લગાડો. (૧૯) મધ, એરડ્યું વેસ્લીન લીખોલી



તેજ નગોશ્ચું તેજ કે મર્યાદાવેશનો મલમ લગાડો. (૨૦) લાવચંદન લગાડો. (૨૧) કન્દમણીની જડ પીસી લગાડો. (૨૨) આસંધના મરમ પાન પર એરંડુયું લગાડી બાંધો. (૨૩) હલદ-લવંગની જુકી નાંખો. (૨૪) ખાંડ તથા દારૂનાં જુકામાં આછોડોદોમનો ગુણ છે. (૨૫) મોરચુલુ કરમ નાખવાથી લોહી બંધ થાય. (૨૬) દુધમાં સેકેલા મસુરની રાખ લગાડવાથી 'અસંધ્ય' નાસુર જમાઈ જશે. (૨૭) મગ ચાવીને લગાડો. (૨૮) મેંદીના પાન પીસી લગાડો. (૨૯) ચુનાના પાણીમાં ઢાંઘળી તેલ મેળવી લગાડો... તુરત લગાડવાથી બેસી જશે. (૩૦) માલ કાંકણી તેજ અક્ષીર છે. (૩૧) બોરીકના પાણી વડે ધોઈ ફક્ત બોરીક પાઉર કે ગુલાબમાં ગુલે અરમાની લગાડવાથી નાસુર બગદર, સાફ થયાં છે. (૩૨) સો વખત ધોયલાં માખણમાં ફક્ત હલદ લગાડો. (૩૩) ચોલાઈ લાજ બાપી બાધવાથી ગુમડાં વહેલાં પાકશે. (૩૪) રાસ કાથો ટંકન હલદ કપીલો ચુનો બોદાર માથાસની બોપરીના રાખ સાથે સો વખત ધોયલાં ઘીમાં લગાડો-શરતીયા ઉપાય છે. (૩૫) ધોયલાં ઘીમાં તરબુચનો મગજ લગાડો. (૩૬) અક્ષીમ કાથેસી ૩૯૪ પાવધુની ડેસીંગ તેજ બનાવે છે તે રામબાણુ છે.

### પરસેવાનો ઇલાજ :

(૧) બાવલ પાનની જુકી શરીરે મસલો. (૨) બાવલ પાનના રસમાં હરડેનો જુકો લગાડો. (૩) સુંઠ સાથે સમુદ્રજીની જુકી લગાડો. (૪) ખસખસ પોષ સાથે વેંગણા ઉકાળી તે પાણી લગાડો. (૫) ધતુરના ખીનો પાઉર અરધી રતી જોટલો પાણી સાથે ૭ દિન ખાળો. (૬) નાગરમોચની જુકી શરીરે લગાડો. (૭) ઠંડા ખારાં પાણી વડે અથવા પાણીમાં સરકો લીધું કે એપસમસોલ્ટ નાખી સ્નાન કરો. (૮) સીલીસ્યા અને નેટ્રમ પુર હેરેર લેવાથી પરસેવાનો રોગ ઓછો થશે. (૯) કાલીફોસથી મટશે.

**આમડીને કાળાશ કેમ દુર કર્યો ?**

(૧) લીજુંના રસમાં ચાંપાના પુલ પીસી લગાડો. (૨) તાજ હળદ

સાથે તલ પીસી લગાડો. (૩) લીથુના રસમાં મસુરનો અપ્પો લગાડો. (૪) સરકો મધ ટેમલ-સોલ્ડ મેળવી લગાડો. (૫) સરકામાં કલોજ પીસી રાતે લગાડી સવારે ઘોષ નાખો. (૬) જોડીમધનો લુકો દુધ સાથે પીવો અને લગાડો. (૭) આમલાની લુકો ઠંડા પાણીમાં લગાડી, આમલાનો તાળો રસ બોજન પાદ અકેક કપ પીવા મડો. (૮) સેકલો ગાગર ખાવો. કોખીનો રસ પીવો...તાળોતાળો રસ, લીથુનો રસ, એપસમસોલ્ડનું પાણી ખરેખર પાણીનો 'રપરે' કાઢીની ચીર, મધ-પાણી બદલ, મલાઈ, ગલીસરીન સાથે ગુલાબજલ, ધાંની કાચી સફેદો, કાંઈની એક લગાડવાથી સૌન્દર્ય-સુંદરતામાં વધારો થાય ચંદન-આરોલી લગાડવાથી ચહેરાનું નુર વધે. (૯) નાળાયેર પાણી પીવો અને લગાડો.

**દાદર-દરાજ-ખુજલી :**

(૧) ટરપેનટીન તેલ લગાડો. (૨) બીજાને છાંટવાથી અને શરીર ઉપર કોપરેક સાથે ટરપેનટીન લગાડવાથી ઝાંસ-મચ્છરો ભાગી જશે. (૩) કેલામાં શુદ્ધ ગંધક ખાવાથી ખુજલી મટશે. (૪) જોળ-હરડેનું ચાટણુ લઈ ઉપર ગરમ પાણી પીવાથી ખુજલી ઘણું દરસ સરદીમાં ઝડપી ફાપદો થશે. (૫) દહી સાથે ખોરડીના પાન પીસી લગાડો. (૬) કપીલા સાથે અલસી તેલની માલીસથી ગુમડા પુતરી ખરજવા દૂર થશે. (૭) અલસી તેલમાં કલાઈ સફેદો મેળવી લગાડવાથી ઝડપી કુણુ કરે. (૮) અલસી તેલમાં ટરપેનટીન લગાડવાથી દાદર-સંધીવા નાસ પામે. (૯) પીપલાની છાલ હિંદાળી પીવથી ખુજલી મટે. (૧૦) લીથુના રસમાં આમલીનો મગજ પીસી લગાડવાથી દાદર મટે. (૧૧) પારસ પીપલાના ફળ પીસી લગાડો દાદર મટશે. (૧૨) કાંધની ચીર ઉપર હળદ છાંટી ઘસો. (૧૩) ચરીકાનો શીયુ ગરમ લગાડવાથી ચામડીના સર્વે રોગો નાશ પામે. (૧૪) પપાઈનું દુધ લગાડો. (૧૫) ગાવલના સુંદરનું પાણી ખનાવી તેમાં ઝીંકાએક્સાઇડ મેલવી લગાડો. (૧૬) તુલસીનો રસ લગાડો. (૧૭) લીથુની ચીર ઉપર ટંકનખાર છાંટી તે ઘસો. (૧૮) ચંબેલી

તેવમાં કપૂર લગાડવાથી શુભલી મટે. (૧૯) કોપરેલમાં-ગંધ અને  
તુવરની રાખ લગાડો.

### શીતલા :

(૧) શરીરે લીંબોલી તેવ ધસો—કોપરેલ તથા નકરબોલીક એરીથી  
વધુ અકરીર છે. (૨) માખણ સાથે હજદ-કાચો લગાડવાથી ડાઘા ઉડાણમાં  
જતા નથી અને ગંધા હોય તો પુરાઈ જાય. (૩) ઠંડા પાણીમાં હજદ તથા  
કેરીની ગોટલી લગાડવાથી જરૂર શાંતી થશે. (૪) પાકેલાં કેળામાં સુખડનો  
ભુકો અને ખાંડ નાંખી ખવાડો. (૫) માખણ ખાંડમાં મેલીની છીપ,  
પીપ્પી ચટાડો તો ચોક્કસ કાયદો થશે. (૬) નાનાં બચ્ચાને હોય તો તેની  
તેની મતાને સાત દિન સુધી ફક્ત કુમળું કોપર ખવાડો અને નાળાયેરનું જ  
પાણી પીવાડો. (૭) ધાવલાં ઘીમાં ગુલર, લીસોડા પીપ્પા અને સર-  
સડાની પીસી લગાડો તો જલન શાંત થશે. (૮) અરકુસીના રસમાં  
મહુડાની છાશ તથા મધ મેળવી ચટાડો. (૯) પાણી સાથે સરસડાની છાશ  
પીસી લગાડવાથી સોજો તથા ગાંઠ-પાકાનો ત્રાસ મટશે. (૧૦) ચોખાના  
પાણીમાં ઇન્દર જવ કે મીઠોલ લગાડવાથી શુભકાં પાકાં દુર થશે. (૧૧)  
કેલના ખી ખાવાથી શીતલા મટે.

ઉંઘનો અભાવ, અનિદ્રા રોગ :

(૧) ખુરાસાની અળખો ખાળો. (૨) ઘીમાં ચીનીકાસાનો ભુકો ચટો.  
(૩) માથે પીપ્પીની જડ બાંધવાથી અથવા પીપ્પીની જડનો ઉકાળો ગોળ  
સાથે પીવો. (૪) ગોળ સાથે પીપ્પીમૂળતો ભુકો ચટો—આ પ્રયોગમાં  
એસપીરીનનો વેદના-શામક ગુણ પશુ છે. (૫) મધ સાથે કપાસનો મગજ  
ખાળો. (૬) સુતી વખતે ગોળ, મધ કે કાલો ખજૂર ચુસો. (૭) ગરમ  
ખીચડી સાથે કાદો ખવો. (૮) કાંઈનો સુપ પીવો. (૯) રાઈના પાણી  
વડે સ્નાન કરવાથી અથવા રાઈના પાણીમાં પગ સેકવાથી ઉંઘ આવશે.

(૧૦) આસંધની બીની ભુકી ગરમ દુધમાં આપો. (૧૧) વરધારા વારાહી કંદ અસખસના પોવ કોષ બી એક ચીજનો ઉકાળો આપો. (૧૨) ગરમ પાણીમાં અરધી ચમચી સોદા બાષ્પકર્મ: પીવાથી તુરત ઉંઘ આવશે. (૧૩) ગર્ભાવર રાત્રનું પલાસતર મારો. (૧૪) ગરમ પાણીમાં લીધું પીવો. (૧૫) ગરમ દુધમાં કમળકાકડીના ભુકા પીવાથી એલલટીન જેવી અસર થશે. (૧૬) ઠંડા પાણીમાં ફક્ત હરડે ડાહવી પીવાથી ઉંઘ આવશે. (૧૭) કાલી ફેફસ ૬ આપો. (૧૮) સાક્ષીનનો મુખ પીવાડો. (૧૯) ગાળની ગરમ ચાહે પીવાડો. (૨૦) ગરમ દુધમાં ઘી પીવાડો. (૨૧) સોઢાં લવંગ ત્રુસવાથી ઉંઘ આવશે-અંદર ઢાકેન છે. (૨૨) એક ચમચી મધ મોઢામાં રાખી મુત્રાથી ઉંઘ આવશે. (૨૩) એરંડયુ આંજવાથી ઉંઘ આવશે.

**બાળો-નાર-રનાયુક રોગ-ગીની વર્જસ :**

(૧) એલીયો લગાડો. (૨) નીમક-ચુનો લગાડો. (૩) ગળાના રસમાં કુલાવેક્ષો ટંકનખાર પાવલીભાર આપો. (૪) ઘીમાં તરેલી હીંગ સાથે સોઢાં આપો. (૫) દહી સાથે કલોજનો ભુકા લગાડો. (૬) ચોલાઈ બાજના મુળ પીસી બાધો. (૭) ગરમ પાણીમાં એરંડયુ મેલવી ઉંચેથી ધાર રેડો. (૮) નેપાલો પાણીમાં ધસી લગાડો. (૯) સાટોડીના રસમાં મુંઠ લગાડો. (૧૦) સાણના ગરમ શીણમાં લાખની ભુકી લગાડો. (૧૧) આવલના બીજ પીસી પાણીમાં લગાડો. (૧૨) ફટકડી-ગોળ અને ટંકનખાર સવારે ૭ દીન ખવાડો. (૧૩) સરકામાં સમુદ્રશીણ પીસી લગાડો. (૧૪) સીતાફળ પાન બાધી બાધે. (૧૫) હીંગ ૭ા રતી ખાવાથી ફરી નારરોગ થશે નહીં. (૧૬) મેઢનો આનો ૬ લોલામાં હીંગનો ભુકા મેળવી ગરમ બાધો. (૧૭) ઇન્દ્રાવણની જડ પીસી બાધો. (૧૮) રોજ સવારે બકાન લીમડીના ૭ બીજ ખાવાથી પીગડી જશે, (૧૯) નએડના પાન ઉકાળી (એરંડયુ નાંખી) સવારે પીવાથી જલદી દુર થશે. (૨૦) ગરમ જાણમાં હીંગ મેલવી સેક કરો. (૨૧) દહી સાથે જુવારનો આતો બાધો. (૨૨) ગોળ સાથે કબુતરની

ચરક આપો. (૨૪) છી સાથે ઢાડીના લોખાનનો ભુકા સવારે ખરાડી ૨૪ કલાક નોકરડો ઉપવાસ કરાવો-ખાવા પીવાનું તદ્દનજ બંધ રાખવાથી છંદગીમાં થશે નહીં.

**શીતપિત-શીતશ-અરટીકરીયા ;**

(૧) સખત જોશાન આપો, ઉલટી કરાવો, રેવંચીની દવા આપો. સરસમાં તેલની ગરમ માલીસ આપો. ગરમ પાણીનું સ્નાન કરાવો. (૨) આદુ ગોળ અથવા સુંઠ-અજમો-ગોળ ખરાડો. (૩) ધઉંના આટામાં અજમો મેળવી શરીરે ધસી ઓઢી મુલો. (૪) કાલીછરી-ગોળ ખવડો. (૫) મધમાં ત્રિકુળા ભુકી ચટાડો, (૬) મરી માખણ ચાટો અને લગાડો.

**બાળકોની માવજત :**

દુધ પચાવા ચુનાનું પાણી પીવાડો. (૨) એજ પ્રયોગથી રીક્ટ મટી હાડકાં મજબુત થશે—ચુનો એટલે કેલશીયમ. (૩) એજ પ્રયોગથી અતિસાર મટશે. (૪) દુધ સાથે જળપ્રેક્ષ ભુકી લેવાથી દુધનું પાચન થશે. મોટી માત્રામાં જળપ્રેક્ષ કેકે ઉધ કેકે બેશુદ્ધિ લાવશે—ઓઝીજ વાપરશે. (૫) ઘી ખાંડ સાથે જળપ્રેક્ષ ચાટવાથી વર્ષોના બુનો અતિસાર તથા આમના દરદો દુર થશે. (૬) મધ સાથે બોરીક પાઉર લગાડવાથી કે બાવલના ગુંદરમાંથી એલચી ખાંડનું ચાટણ બનાવી ચટાડવાથી મોઢના બાવા રૂઝશે. (૭) ટંકન મરી એલીયો ધુંટી ચટાડવાથી ખાંસી ક્ષત પડે. (૮) મધ આદુ ને સુલસીનો રસ ચટાડવાથી શરદી ખાંસી તાવ શ્વાસ ન્યુમોનીયા ઉપશ્ચુ કલેભ રોગો દુર થશે. (૯) દાડમનો રસ પીવાડો તો લોહી બંધ થશે. (૧૦) દાડમ છાલની ભુકી મધમાં ચટાડવાથી કરમ-અતિસાર ચોકકસ મટે. (૧૧) મધ સાથે પીપર ચટાડવાથી વરદી તાવ ખાંસી સંધીવા કમજોઆત અરચી અપચો શ્વાસ ધુગરી મટશે. (૧૨) પુન્નાનો ઉકાળો સુલસી આદુ સાથે આપવાથી ચૂંક, હડખી ખાંસી, ગેસ, વાયુગોળો મટશે.

(૧૩) એરડંયા તેલ સાથે મેલ્લરસનો મગજ ધુંટી સફરા મારી સલી  
આપો-કમળયાત તુટશે સોપારી જેવા ગઠિા પડશે. (૧૪) મધ સાથે  
સુમધી વાળો ચટાડવાથી લોહીનો ઝાડો થાસ ખાંસી બંધ પડશે. (૧૫)  
ફક્ત આઠમીનો તાળો રસ એક ચમચી જેટલો પીવાડવાથી સરદી ખાંસી  
કમળયાત તુટી ઉલટી કરાવશે. (૧૬) વરીયાલીનો ઉકાળો ખાંડ સાથે  
પીવાથી ચૂક, અતિસાર, રોઝાશલી પીસાળ, ગેસ, મરનક પિડા દુર થશે.  
(૧૭) સેકેશ અજમાની છુટી પાવલીયાર ખચાડવાથી માઠી ખાવાની ટેવ  
તુટશે. (૧૮) છોલેલી લસનની માળા પહેરાવવાથી હઠખી ખાંસી શાંત  
થશે. (૧૯) પાણી સાથે પીસેલી લસન પીવાથી ખાંસી સ્લેખમ કરમ્  
થાસ પેટની પિડા અજીરણ અતિસાર ખડી સંગ્રહણી ચોક્કસ મટે. (૨૦)  
સેન્ડોઝ ગારલીક કેપ્સુલ જેવું કામ લસનની કળી આપશે-લસનમાં  
પેનીસીલીન છે. (૨૧) સીતાફલ પાન પીસી પાણીમાં બીજવીને ઉંચા  
થગો રાખી બાંધવાથી આમણુ ઉતરતી અટકશે. (૨૨) ખદુમગા ભાજના  
રસ વડે કે દાસિસાદિ તેલ વડે કે-એકલી હીરાકસીના પાણી વડે ધોવાથી  
આમણુનો રોગ અટશે. (૨૩) ગુલાબ જલમાં ગુલે-અરમાની કે પાણીમાં  
એપરમ સોલ્ટ કે હીરાકસીના કુકો ઠંઠા પાણીમાં લગાડવાથી ગુમડાં  
ગાઠો પાઠાં ચોક્કસ અટશે. (૨૪) વાવડીંગ-અતિવિષ છુટી કરમનો  
નાશ કરશે. (૨૫) માતાની છાતીએ આસોપાલોના પુલ પીસી લગાડી  
બ્રાજને ધવાડવાથી દૂધ તથા પિત એછી નાંખશે. (૨૬) અકલકરો  
સુસવા આપવાથી તોતડી જમાન અને મુંગી વાચા સુધરશે. (૨૭) જ્યક્લ  
સુસાડવાથી મોઢાનો લકવો મટશે. (૨૮) ખગ્યાંને ગળે અમરવેલના બીજ  
બાંધવાથી પુષ્કળ રોગો મટે. (૨૯) તુવરની દાલ અથવા એના પાન પીસી  
પાણી સાથે લગાડવાથી અંદરૂધી, હાઇડ્રોસીલ મટે. (૩૦) પેટપર ગરમા-  
ળાનો માવો લગાડવાથી આંદરો થળ મટી પેટ સાફ ઉતરે. (૩૧) ધુંટી  
ઉપર કીડામારીનો રસ લગાડવાથી વગર નેલાએ ઝાડો ઉતરશે, (૩૨)

બાથોકેમીક દ્વાર ફેરમ ફેસ દરેક રેગોમાં લાગુ પડે છે. (૩૪) હવે  
 સાથે લીમડા પાનનો રસ ચાટવાથી લીલાં પેટ ઘુરત બધું થશે (૩૫)  
 નાંજીલનો રસ કે નાંજીલની પાલનો લિક્ષણો પીવાડવાથી અતિસાર બંધ  
 પડે. (૩૬) સાણના ધીણુમા એરીયો પીસી પેટ પર લગાડો. તે ઝાડો  
 સાથે કિતરશે. (૩૭) મધ સાથે ગેર ચાટવાથી અકબરી ચૂપ થશે. (૩૮)  
 ખજુર ચુસવાથી દનાની કડવાશ જશે (૩૯) નજોડના બી અને જા  
 ગે બાધવાથી અથવા તાનાનો તાર બાધવાથી દાંત વહેસા  
 નીકલે—રડીએન નેકલેસ ખરીદવી નહીં પડે. (૪૦) કાંદાની  
 માળા છાતી સુધી પહેરવાથી છુ સામે રક્ષણ મહે—તડો લાગે  
 નહીં. (૪૧) કાંદાનો રસ પીવાથી કરમ કાલેરા થા થાક દૂર થાય.  
 (૪૨) નીમક સાથે ઇન્દ્રાયણ જાડની છુકી બે રતી મેળવી ગરમ પાણીમાં  
 પીવાડો તો ન્યુમોનીયા તથા બોલતી પાસથી શાત થશે. છાતી પર કપૂરનું  
 તેલ ગરમ લગાડો, (૪૩) કાંદાનો રસ પીવાથી ઝાડો સાથે કિતરે. (૪૪)  
 તરત અવતરેલાં બાળકના મોઢામાં કાંદાનાં પાનનો રસ બે ટીપા  
 રેડવાથી છાતીમાં બરામ્બો કદ નીકળશે અને ફરી જમા થશે નહીં.  
 અસલની દોરીઓ તાવવામા હવે—નીમક ધસી ટેનસીસ અટકાવતી  
 અને ખાંડમાં નીવગીરી તેલ એક ટીપું/અટાડી સસણી સામે અટકાવ  
 લેતી (૪૫) પ્રસુતી વખતે બચ્ચાં અને માતાના શરીર પર એર ફેરવવાથી  
 ત્યાં બાલ ઉગતા નથી, એવો પ્રસાણી પેડીમાં ઉલ્લેખ છે. (૪૬) છૂટકારા  
 વાદ માતા બે પેતાનું દુધ પી લે તો બાલકમાં ગર્ભ રહેતો નથી એવો  
 દાવો યુનાની હકિમનો છે. (૪૭) બાલકકુ, બાલગોળી, અતિરિપાલિયુટી,  
 પીપલાદિ સુચું માણેડરસાદિયુટી અથવા અરવિંદઆસવ, કાંદાની એક ચીજથી  
 બાળકના સર્વે રોગો દૂર થાય (૪૮) ગોમુતરમાં ફક્ત વછનાગ ધસી  
 લગાડવાથી કંચમાળા મટે અથવા એખા સાથે કપાસના મૂળની છુકી

પડાવી ખવાડો. (૪૯) સફેદ કાળાનાં રસમાં જોડીમધ ચટાડવાથી વાઈ  
હીસ્ટીરીયા લોહી દગ્ધાણ ગાંડપણે છ દીનમાં જાય. (૫૦) ધમાસોનો ઉકાળો  
ચોખ્ખું ઘી નાખી પીવાડો તો શીટસ બેહોમી મૂર્છા ચકકર દુર થશે.  
(૫૧) ગધેડીનું દુધ કે તુલસીનો રસ આપવાથી શીતળા દુર થાય.  
(૫૨) મોઢું પકે તો ચંખણર-કથિા પાણીમાં લગાડો. અંદર કપૂર કાથો  
ચીનીકમાલાની ભુટ્ટી માખણમાં લગાડો. અથવા બાવલનો  
ગુંદર ચુસવા આપો. (૫૩) પીપલાની છાલ, રક્તચંદન અથવા  
રેવંચીનું લાકડું ધસી લગાડવાથી ગુમમાં દુર થશે. (૫૪) કાપરેલમાં  
કપૂર ગંધક લગાડવાથી ખસ નાશ પામે. (૫૫) પીપલાની છાલ, પ્રપીતાના  
બીજ, પુત્રજીવાની જડ આસંધનું મૂળ કે ઉમરાની જડ, કોષખી એક  
ચીજ પાણીમાં ધસી લગાડો-ગાંઠ સોજે કેનશર મટે. (૫૬) રક્ત થોડાવજ  
ભુટ્ટી છાંટવાથી જી-લીખ માથાના ગુમમાં, ખરજવાં દુર થશે. (૫૭)  
ગુંધાખજલમાં રતાદિલી અને ગુલે અરમાની અથવા અલસીના તેલમાં  
કયાઈ સફેદો લગાડવાથી ખસ ખરજવાં ગુમમાં ગાંઠ વધરાવજ હરસ આમણ  
અલાઈ બગંદર દુર થાય. (૫૮) હરડે-મધ ચાટવાથી ઉલટી મટે, (૫૯)  
બાફેલાં ચોખાનાં પાણીમાં ધાના સાકર ગરમ પીવાડો તો શ્વાસરોગ નક્કી  
મટે. (૬૦) અતિષ્ઠ પીપર મોથ અને કાકાત્તીગેનો પાણિર મધમાં ચટાડો  
તો બાળકના બદનમાં કોઈ રોગ નહીં રહે; સર્વ રોગની દવા છે. (૬૧)  
અધેડની જડના રસમાં મધ આંજવાથી આંખના પુલા દુર થાય. (૬૨)  
વજ જમફલ, કાપરેલમાં ઉકાળી લગાડવાથી કે અરીઠના ગરમ શીજીમાં  
અરીજી અથવા ખસખસ પોષનો અરક લગાડવાથી સોજ વધરાવજ હાથીપગ  
દુર થાય. (૬૩) કોરેલીના રસમાં હબદ પીવાથી કફનો નાશ થાય. હાથીપગ  
અંધગ્નિનો કફનો રોગ છે. (૬૪) મધ સાથે સીતાખનો રસ પીવાથી સસણી  
કરમ હડખી ખાંસી મટે. ચાકી ઉમરની મહીલા પીવે તો દસ્તાન આવે.  
(૬૫) મધ સાથે શરપખા ગોરખમુહીનો ઉકાળો પીવાથી પથરી બરજી



શ્રીકાશ કલેમનો રોગ જાય (૬૫) આદુ મધ ટંકનખાર સાથે  
 'લક્ષ્મીનારાયણ' રસ આપવાથી આંચકી તાણ ઉપદ્યુ મટે. (૬૭) એક  
 વાલ જેટલી પીપલાની વડવાઈ ચાટવાથી આંચકી ઉપદ્યુ મટે. (૬૮)  
 વાવડીંગ વજ અને અકકલકરો ગરમ પાણી સાથે પીવાથી શીટસ હીટીરીયા  
 ઓકકસ મટે. (૬૯) કલા ખનુરુ પાણી કે સુકી દરાખનો રસ દુધ  
 જેટલો પોષક થયું આપશે. (૭૦) ખાંડ-જીરાનું પાણી પીવાથી અને  
 જીરું-પાણી લગાડવાથી કીર ખરજવા ગુમડાં શીકશ હૃદયરોગ ઓખોસીસ  
 કૂર થાય. (૭૧) કોપરું બદમ કમલકાકડી સતાવલી મુળ, કપાસના મૂળ  
 કે ફેફસાના મુપ, કોમળી એક લેવાથી જાતીમાં દુધ જરાઈ જશે. (૭૨)  
 અચ્ચાની પીસાળ વડે પેવાથી કીર ખરજવા ગુમડાં કાઢવાટ જખમ  
 સાફ થશે (૭૩) આકડાના પાન બાંધી એરડ્યું સિંધવ લગાડી પેટે  
 બાંધવાથી નગારા જેવું પેટ ઓસરી જશે. (૭૪) સુવા, વરીયાલી, અજમો,  
 કે વાવડીંગ, કોમળી એક પ્રકારનો ઉકાળો આઠપ વોટરનો વગ રાખશે.  
 (૭૫) મુંઠ-સિંધવનો ઘસારો પાણીમાં લગાડવાથી ટેનસીયની તકલીફ દૂર  
 થશે. (૭૬) આસંધ સાથે ઉપનસરીનો ઉકાળો, અદેર મહોરા જુકી, કે  
 ગોદની ભરમ સાથે શુદ્ધ મધક માખણમાં ચાટવાથી રીકેટ મટે. (૭૭)  
 ખાખન વડે માલીસ કરી તડકે બેસાડવાથી મટે. (૭૮) હેલીબટ કેપસુલથી  
 વાટે (૭૯) કળી તુલસીનું મૂળ મગે બાંધવાથી મટે. (૮૦) આવલ પપેતા  
 ખાંડ બંધ કરીને ગોસ છંડા ખનુર કે મરી માખણ આપે. (૮૧) આદુના  
 વેસમાં સાખરસીંગ ભરમ ચાટવાથી જાતીના તમામ રોગો મટે. (૮૨) લાક્ષાદિ  
 તેલની માલીસથી અને આદુ અરકુસી મધ ચાટવાથી ખડી રોગ મટે-  
 ગોસ દોધી ગાજર બદમ વધુ આપે. (૮૩) ટરપેટીન બરડા-કરોડપર  
 લગાડવાથી, મુંઘાડવાથી અને ખડ સાથે બે ટીપાં આપવાથી હડખી ખાંસી,  
 ન્યુમોન્યા મટે-કાલી જલ્દદ કોરી, અલસીની ગાંઠે, પાલિ અજમો. ગરમ  
 ચાટી બાપી સદાય. (૮૪) પીપર-માખણ મરેહાપર ધસવાથી મધમાં વજ

ચોપાવાથી નવી દાંતરી જલદી નીકલશે. (૮૫) જગાના રોગમાં બેસીડ ટેનીક  
 સારી છે. મધમાં ટંકનખાર કે હરડેની છુટી ગલીસરીનમાં લગાડવાથી અથવા  
 કાલી જલસદ આહેમાં લીંબુ મેળવી પીવાથી જખમટ ખાંસી સ્વરજંગ ટોવરીલ  
 મટશે. (૮૬) પાણીમાં બોરીક લગાડવાથી ખરતાં પાપણુ અટકશે. (૮૭)  
 મજખમમાં અધેડાનું મૂળ ઘસી આંજવાથી રતાધિંગો મટે અને ખરેલાં પાપણુ  
 પાછા ઉગશે. (૮૮) મધમાં રવંગનો રસ આટવાથી અને ખારેકના ખી,  
 સાથે લી, આંજવાથી આંજણી દૂર થશે. (૮૯) લવંગનો ધસારો કે નીમકનું  
 પાણી લગાડવાથી પણુ આંજણી મટશે. (૯૦) દાયાં પપાઉનું દુધ લગાડે  
 નાકની ઉપસેલી હાડકા બેસી જશે. (૯૧) અરમ પાણીમાં રાષ, સરખવાની  
 ખસ તમા ઘોડાવજ લગાડવાથી વધરાવલ મટે. (૯૨) પાન સાથેનો ખુજો  
 કે જામુલ અવાડવાથી પથરી મટશે. (૯૩) ચોલાઇ લાજીનો તાળો રસ  
 પીવાથી ખુજલી મટે. (૯૪) પાણીમાં મંદન લગાડવાથી ખાલ અળાઈ  
 મટે. (૯૫) પાણીમાં કંખજીર લગાડવાથી મુમડાં ચાંદ જખમ સાફ થશે.  
 (૯૬) મધ સાથે મોલ-સત્તવ આટવાથી શીલક મટે. (૯૭) નાળંદેર અણી  
 લગાડવાથી કરોળીલાં મટશે. (૯૮) ઝાંકડના પાન પીસી બધિવાથી અને  
 હીંમ સાથે સેકેલો ટંકનખાર પીવાથી નાફ-વાલો મટે. (૯૯) તુલસીનો રસ  
 અથવા સુંકો શુકા નાકે અડાવવાથી સલેખમ તથા માયાના દરેકે દૂર થશે.  
 (૧૦૦) દુધ સાથે, શંખાવલી ખાંડ વાપવાથી ગાંડપણુ ગરમી, પ્રમેહ  
 મટશે. (૧૦૧) જાળ સાથે કદિ સવારે ખાવાથી ઉંચાઇ વધે. (૧૦૨)  
 અલસીની આહેમાં અળનો મધ પીવાથી માસ ખાંસી ચોકકસ મટે. (૧૦૩)  
 ઝુદનાનો અરક ઉધરી ઝાડો રોકશે. (૧૦૪) દુધ સાથે ખસખસ-ખાસતી  
 ખીર અથવા કમળાકરીની રાખડી, એવલનીનું કામ આપશે. (૧૦૫)  
 દુધમાં ખાંડેલા અંજીર ખાવાથી ચકિત વધશે. (૧૦૬) કાચા ખજુરનું  
 પાણી કે પાંકલા કેળાં ખાવાથી મલુકાસ ઇનજેકસનની અરમ સારશે. (૧૦૭)  
 તાગનું તેલ, બામ લીનીમેટનું કામ આપશે-પીવાથી દંતરોગ કાલેરા

સનકલુઆ સરદી મટશે. (૧૦૮) યુકેલીવનસ કે લવંગુ તેલ પીવો  
લીરેરીન, હીરેડાઇન અમૃતધરાનું કામ આપશે.

**ઝેર નિવારક પ્રયોગો :**

(૧) અખરોખના મગજ ખાવાથી બીલામા તથા અરીણુ ઝેર-  
ઉતરશે, (૨) આમલી તથા કેપરેલ માખણમાં બીલામાની ગરમી મારવાના  
ચુલુ છે. (૩) ગોળ ખાવાથી વિચ્છેદો ઝેર ઉતરે. (૪) ઘી સાથે ટ'કનખાર  
લેવાથી અરીણુ-ઝેર ઉતરે. (૫) દુધમાં ખાંડ પીવાથી ધતૂરાનો ઝેર ઉતરે.  
(૬) દુધમાં ઘી પીવાથી સોમળ અરીણુ તથા સાંપનું ઝેર ઉતરે. (૭)  
ચુનાનું પાણી પીવાથી સોમળની ગરમી દૂર થાય. (૮) ચાર તોલા ગોલાખ,  
જલમાં એક મસો ઠપૂર ઘુટી પીવાથી સોમળનું ઝેર ઉતરે. (૯) પાણીમાં  
કાથો પીવાથી સોમળ ઝેર ઉતરે-અનિસાર બંધ થાય. (૧૦) આખિમાં  
સુંઠ પીવર આજવાથી હિંદરનું ઝેર ઉતરશે (૧૧) માખણમાં આમલી  
મગજ લગાડવાથી હિંદરનું ઝેર ઉતરશે, (૧૨) દુધ-ઝેરંડુ ગરમ પીવાથી  
અને ઝેરંડુ લગાડવાથી અથવા મરઆની જુકી કે હિંદરની લીડી લગાડવાથી  
હિંદરનું ઝેર ઉતરે.

**કૂતરાનું ઝેર :**

(૧) નગોખના પાન પીસી બાધિ. (૨) કાંદાનો રસ પીવો અને લગાડો.  
(૩) મૂળાના પાનનો રસ ગરમ લગાડો. (૪) લસન સાથે ઘી મોટા પ્રમાણમાં  
ખાવાથી સાંપ તથા કૂતરાનો ઝેર ઉતરે. (૫) સરકો-નીમક લગાડો (૬) પુદને  
ખાવા-લગાડવાથી બીલાડીનું ઝેર ઉતરે. (૭) મુદરજન ચુલુ ખાવાથી ઉતરે.  
(૮) ઝેરકાચવાનું ફળ ધસો અને ચઢ્ઢ ઝેરકાચલાની જુકી મરી સાથે  
મેળવી ૪ રતી ખવાડો. (૯) પાણીમાં જીર-મરીની ફાટી આપો. (૧૦)  
(૧૧) અકોસની જંડ ઉકાળી તેમાં ઘી નાખી પીવાડો. (૧૨) પીલુડીના  
કેવાય પીવો અને ધોવામાં વાપરો. (૧૩) કદિ-લસન પીસી લગાડવાથી

કાન ખલ્લુરાતું એર ઉતરે. (૧૪) દુધ સાથે ધતુરાતું મુળ ૩ દીન પીવેલ. (૧૫) તલના તેલમાં બાજરી એરકાચલી ભુકી ખવાડો-૩ દીન (૧૬) સાટોડી પાનનો રસ પાંચ દીન પીવો. (૧૭) ગરમ ઘી પીવો અને લગાડો. (૧૮) તેલમાં કાથો ચુનો લગાડો. (૧૯) મધ સાથે અધેડીનું મુળ ૨૧ દીન ચાટો. (૨૦) ચુનો લગાડી તાંબાનો સીકકા બાધો. (૨૧) તાંબાનો સીકકા કુટી તથા કમર ઉપર બાધવાથી કાલેરા તથા ચેપીરોગથી બચી જવાશે. વિશ્લેષણ એર :

(૧) ડંખેલો ભાગ ગરમ પાણીમાં કુખાડો. (૨) સરકમાં કપુર લગાડો. (૩) કુલાવેલી ફટકડી પાણીમાં લગાડો. (૪) સામેની આંખમાં ખાંડ પાણી નાંખો. (૫) હલદીના ધુમાડો ડંખપર લો. (૬) ગરમ પાણી પીવાડી ઉલટી કરાવવાથી કાષ્ઠબી એર ઉતરે. (૭) ટરપેનટીન લગાડો. (૮) ચોખ્ખા બાજના મુળીમાં પીસી બાધો. (૯) નેપાલો લીળુંના રસમાં આંખો અને ડંખપર નેપાલાનો ધસારો લગાડો. (૧૦) નીમક લસન પીસી લગાડો. (૧૧) મધને ચાટો ને લગાડો. (૧૨) તાંબાકુ પાનનો રસ આંખમાં નાંખવાથી તુરંત ઉતરે (૧૩) ગાળ ખાવાથી ઉતરે. (૧૪) જાળ ખાવાથી પાન પીસી બાધો. (૧૫) આખરાના બી પીસી લગાડો. (૧૬) લીંચુનો રસ લગાડો. (૧૭) ગ્રામોફોનેની ભાંગેલી રેકોર્ડ ધસી લગાડો. (૧૮) ઘાસલેટ લગાડવાથી તમામ એરા દુર થાય—રશીમન ઉપાય છે. (૧૯) પાકેલું કળું બાધો. (૨૦) આખરાતું બી લગાડો. (૨૦) મૂળા પાનના રસમાં નીમક લગાડો. સંપત્તિ એર :

(૧) આકાશનું દુધ ટપકાવેલ સુકાઈ જાય તો પાકું ટપકાવેલ એર ઉતરે ત્યાં સુધી તેમ કરે. (૨) આકાશના ત્રણ પાન ખવાડી ઉપર ઘી પીવાડો. (૩) આકાશની જડ પાણીમાં ધસી પીવાડો. (૪) ઈન્દ્રામણી જડ એક તોલાની ફાટી ગરમ પાણી સાથે એકજ વખત આપો. (૫) એરી

નારીયેલનો મગજ એક માસો પીવાથી દરેક પ્રકરના ઝેર ઉતરે. (૬) કદિ ખાવાથી સાંપનું ઝેર ઉતરે. (૭) ચોલાઈ લાજી પીસી રસ પીવાડો. (૮) અરમ પાણી સાથે શુદ્ધ ઝેરકાચવાની બુટી મોઢામાં રેડો અને ગરદ ઉપર માલીસ કરો. (૯) કુચર્ત્ત મરીની ગોલી કે અગ્નિ તૂંડી ગાળી આપો. (૧૦) કાલી તુલસીનો રસ અખિ-નાક-કાનમાં ટપકાવી આખા શરીરે ઘસો તો અચેત રોગી ભગૃત થશે. (૧૧) લીણુંના રસમાં નેપાલો ઘસી આંજો. (૧૨) મરી સાથે સારોડોની જઠ અરધો તોસો પીવાડો-અરધે કલાકે. (૧૩) કસોદો બુટી ઝેર નાશક છે-જે તોસા કસોદો પાનના રસમાં મરી અને ઘી મેળવી પીવાડો-અને એના પાન પીસી જખમ પર લગાડો. બપુંકર ઝેરનો ચરતીયા ઉપાય છે. સાંપના શરીર ઉપર જો કસોદો પાનનો રસ પડે તો એનું શરીર ફાટી જાય. એની વાસ માનથી સાંપનું મોત થાય. 'પાન કસોદો ભય ઉતારે, જઠથી સાંપ નાકશે, ફળથી વાત કરે, પુલ રતોધત્રી દૂર કરે.' (૧૪) તથુ તોસા ગાયના ઘીમાં અરધો તોસો સિંધવ અટાડો-દરેક ઝેર ઉતારે. (૧૫) પાણીમાં ફટકડી અરધો તોસો પીવાડો. (૧૬) દસ તોસા પાણીમાં અરીઠાં મગજ અરધો તોસો પીવાડો બેહુથ રોગીના નાકમાં ટપકાવવાથી તુરંત બોલી ઉઠશે. (૧૭) ઘી સાથે ફટકડી અટાડો. (૧૮) ખુજ તરબુચ ખાવાથી ઝેર ઉતરે એવો ઉદ્દેશ્ય છે. (૧૯) પરમેગનેટ બુટી નાખી ઉપર ટારટેરીક શુદ્ધી લલચાવી. (૨૦) અરીઠાં પાણી અથવા તંબાકુનું પાણી પીવાવાથી અને આંગવાથી રોગી બચી જશે. (૨૧) સામેના કાનમાં નવસારનાં ટીપાં નાંખો. (૨૨) છૂદેલાં મગ-નાંધિવાથી અને મગનું પાણી પીવાથી ઝેર ઉતરે. (૨૩) માલકાંકણી બુટી કે આમલીનો મગજ સાંપના મહોરા જેટલો ગુચુ આપો. (૨૪) મહુના બી ઘસો આંજો. (૨૫) સીલોનના રહીસોએ લીંબુ આજી, લગાડી, પીવાડી, પૂંકળ કેસો સારા કરેલા છે. (૨૬) નાગરવેલ પાનમાં નાગરમોથ આવવા આપો. (૨૬) ચાલીસ તોસા પાણીમાં પાંચ તોસા અરીઠાં અને એક તોસો ફટકડી મેળવી દર

૧૫ મી ટીપે બે ચમચા પીવાથી મોતને લાન મારી રાગી ઉઠશે. (૨૭) મધમારી દુધદનો દુકડો મુસવા આપો-રામચાણુ. (૨૮) ગજવામાં પાંચ તોલા રસકપૂર રાખવાથી સાંપ કરડતો નથી. (૨૯) હીંગ-ધોઢાતજનો ધુમાડો કરવાથી સાંપ પોતાનો રહેઠણ છેડશે (૩૦) મોરપીછા કપાસ, ગાયનું શીંગડું, માણસના વળ, સીસમના છોડાં અને ગંધકનો ધુમાડો કરવાથી સાંપમામા પલાયન થશે. (૩૧) પાંચ તોલા પાણીમાં એક તોલો ફેરીની ગોટલી પીસી પાંચ મીનીટે પીવાડતા રહે. (૩૨) માખણ સાથે કાંઈ તુલસીના મૂળ પીસી પાંચેક વખત લગાડવાથી ઝેર ચૂસાઈ જશે. (૩૩) પીસેલી રાઈ વજ કપૂર પાણીમાં મેગરી છાંટવાથી સાંપ જગા છોંડી જાય. (૩૪) બાર નંગ મરી સાથે ઇસરમૂળ (નોલવેલ) ના પાન ચાર, ચાવી જવાથી ઝેર ઢીરે-સો ટકા સફળ ઉપાય (૩૫) ૨૧ મી માય અને ૨૦ મી એમીક્સ બુધીમાં ત્રણ પાન લીમડના મસુરો એક દાણા સાથે ચાવી જવાથી બાર મહીના મુખી ઝેર ચડતું નથી. (૩૬) યુકમાં જાવંત્રી ધસી આંજો અને લગાડો. (૩૭) ગોમુતરમાં અમલસારો ગંધક વાટી લગાડો. (૩૮) આંકડાના-ફુલ ખવાડો. (૩૯) ખાખરાનો અક પીવાડો અથવા ખાખરાનો બી નંગ એક પાણીમાં ખવાડો.

### હોમ્યો-સ્પેસીફીકસ

સરગ્રહક ક્રેસો અને મરણતોલ રાગીઓ હોમ્યોપથી દવાથી કાયમના સાજા થયા છે. વિદો હોમ્યોપથી લોકપ્રીય બનતી જાય છે. એલોપાથ તબીબો મોટી વેલાનની ટીપી છતાં વટવાઈ જઈ દરે હોમ્યોપાથ બને છે. લાંબા અનુભવ અને ઉંડા અભ્યાસ પછી થોડીક સ્પેસીફીક નકકી થઈ છે તે નીચે પ્રમાણે છે.

(૧) કમુવાવક અટકાવવા-ટ્રીનીયમ દસ મીનીટે આપો. (૨) હોમરેજ રાડવા એજ દવા આપો. (૩) પથરી-ગરનેરીસ દસ ટીપાં રોજ ત્રણ

વખત આપો. (૪) નાકના મસા—ટયુઅર કલીન બોલીનમ—ડો. કાન્ત (૫) નાકના મસા—કેલકર ફેસ ૩૦—ડો. કુપર (૬) હરદ્યનું શેળ તમાકામ—ડો. બોગર. (૭) બલગ્રેસર—ગારીટા યુર. (૮) હરદ્યનું—ગારીલીનમ ૨૦૦ પીકમાં એક વખત (૯) હાકવા—બીંગવેવા યુનો બડો લગાડ્યા કરે. સુરત લીનો થશે. સફેદ રહે ત્યારે એર ચુસાઇ ગયેને બાણો. (૧૦) અટકેલી પીસામ—સોલીગ્રો ત્રય કલાકે આપો. ફર્થિટરાનું કામ નહીં પડે; (૧૧) ગુમડાં—ગન પાઉર ૩૫. (૧૨) હાકકોનો કોય—રેડીયમ બ્રોમ. (૧૩) ચાકોનો મગજ—ઝીંક બ્રોમ ૩૫. (૧૪) મહીલાની છતી મોટી કરવા—એનોસ મોડીયમ. (૧૫) ન્યુમોનીયા સસણી—કાલી આયોડાઇડ ૩૦. (૧૬) પાઠા—એનથ્રોક્ષીન ૨૦૦—ડો. હેરીંગ. (૧૭) મોતીયા. અને પુલા—ઝીંક સલ્ફ C. M.—હોમ્યો રેકાડર. (૧૮) કોરોફોર્મથી મોત નીપજે—સફરામાં ખરફ મુકા. (૧૯) સરદી તાવ—કેમફર. (૨૦) અનિસાર કોલેર—કાલી જલ્લહ કોફી અથવા સ્પીરીટ કેમફર દસ ટીપાં. (૨૧) આંચકી—એગારીસીન બે કલાકે. (૨૨) આંચકી—જેલસેમીયમ. (૨૩) મહીલાની નખળાઇ—એલ ટ્રીસ (૨૪) ચકરી—કોફીયા ૩૦ (૨૫) સરળપ્રસુતી—છેલ્લા બે મહીના કાલી ફેસ ૬ આપો. (૨૬) કાપાલીટીસ બે ભત—આરસેનીક બ્રોમાઇડ (૨૭) ડીપથેરીયા—એનટીટોક્ષીન (૨૮) સર્વાંગી સોળ—કાલી નાઇટ્રેટ. (૨૯) કાનમાં અવાજ—કાલી આયોડાઇડ ૨૦૦ એકજ ડોઝ. (૩૦) ખરજવા—કાલી આરસેનીક (૩૧) હાથી પગ—હાઇડ્રોક્સાઇડ ૬. (૩૨) સ્વપનહોધ—લાપુલીન ૧૫ (૩૩) હાથીપગ—મરચાં કે પીપર ખાવાથી ભય. (૩૪) નખલી પાત્તન—કેલકર ફેસ ૧૫. (૩૫) એસ—કેલકર ફેસ. (૩૬) ગોષ્ટર—આયોડમ ૬૫ (૩૮) ગાંધિ—અરટીકા યુરેનસ ૧૦ ટીપાં ૬ કલાકે (૩૯) શીકાં લોહીને લાલ બનાવવા—ફેરમ ફેસ ૩૫ (૪૦) લોહીવા—ટ્રીક્લીયમ (૪૧) હાર્ટ ડીસીઝ—કરેક્ટેગસ. (૪૨) હાર્ટ ટોનીક—પાંચ મીનીટે અઢેક ટીપું કેમફર આપો. (૪૩) હરતીયા—થુલાની સુકી

પોદ્દીસ (૪૪) હરનીમા—નક્ષ વેગીકા ૬ અને બેલાડોના ૩. (૪૫) અગરની  
 —ઝીનસીન ૫ દીપા. (૪૬) જોખરો અવાજ—ટંકનખાર સુસો. (૪૭)  
 વધરાવલ—ફોરોરિક એસીડ (૪૮) હડકવા—વરાળ રનાન (૪૯) લીવરનો  
 પાસીફોરા ખગાડો—કાલમેષ બે દીપા ૪ કલાકે (૫૦) હંધલાવવા—૬૦ દીપા  
 પાસીફોરા રાતે. (૫૧) ગાંધપણુ—સરપેનદીના (૫૨) સખત સંધીવા—ફોરોરિક  
 એસીડ ૨x ૬ કલાકે. (૫૩) કલેગના લુના દરદો—ફોલેસટ્રીનમ. (૫૪)  
 કેનસર ટ્યુમર—ફોલેસટ્રીનમ (૫૫) ડેંગાપણુ—ફ્યુકસ વેસ ૩૦ દીપા  
 ૬ કલાકે (૫૬) ખહી—આરસીનલ ૩x (૫૭) વીંછી કંખ બન્ને આંખોમાં  
 ખાઈ પાણી ટપકાવો. (૫૮) સાયટીકા—પારીફોરા ૧૦ દીપા ૩ કલાકે  
 (૫૯) સાઇનસ—ફોરોરિક એસીડ (૬૦) સર્પકંખ—ફેલના થર્મો ૨સ એક  
 કપ પીવાડો. (૬૧) સંઘડણી—રત્નોજસી ખાવાથી કુર થશે. (૬૨) સંતાન  
 પ્રાપ્તી—મરદને લવંગુ તેલ પીવાડો. (૬૩) જડપણુ સંધાની જકક—  
 ઝીનસેંગ (૬૪) ખરળ—કેપસીકમ. (૬૫) ખહી—કાલી આયોડાઇડ ૧x અને  
 કાનાખીસ સદીવા ૧x—જરમન તબીબનો અનુભવ (૬૬) ટાઇફોઇડ—૫  
 દીપા યુક્લેપીતસ તેલ ૪ કલાકે. (૬૭) પ્રોસ્ટેટ—બેનઝોઇક એસીડ (૬૮)  
 આંદણુ—યુગ દીકરુર લગાડો. (૬૯) કમજબાત—આશાઇડીસ. (૭૦)  
 બોડકા તાલક—આશાઇડીસ. (૭૧) સાયટીકા લમબેગો—ઝીનસેન  
 સ્પેસીફીક (૭૨) નખળાઇ—કેલાં સેકી ખાવાં. બલ સાથેજ સેકો.  
 (૭૩) આંગળા આંકા—અંબર આપો. (૭૪) કેનસરની વેદના—સાક્ષીતની  
 પોદ્દીસ કરો. (૭૫) જખમ—એલીયાનો લુકો નાખો. (૭૬)  
 જખમ—કાલેનકુલા બોચાન. (૭૭) કરમ—રેનમ આપો. (૭૮) ગાળકરમ—  
 અજમો. (૭૯) દરેકકરમ—કુપરમ ઓક્સી ૧ x અથવા એપોસાયનમ.  
 (૮૦) હડખી ખાસી—પરદુસીન ૨૦૦ અથવા ફટકડી લુકી ૪ ચોખાપુર.  
 (૮૧) નખછેર—લીંજુની ચીર થસો. (૮૨) ગલંબંતીની ઉલટી—અમીગડેલસ.  
 પરસીકા અથવા સીમફોરિક રાસીમોસા ૩ x. (૮૩) શીળસ—એપીસ.



(૮૪) હિતરી પડેયું ગર્ભાશય—શીપીયા અથવા ઝોરમ મૂર. (૮૫) ડાયાબીટીસ—એએમા ઓગરડા. (૮૬) પ્રેસ્ટેટ—બેનઝોઇક. (૮૭) ટાઇફોઇડ—સર્વઆતમાં કાશી આપો. (૮૮) ખહી—કાલી હાઇડ્રો ૧x અને કાનાખીસ સેડીવા ૧x (૮૯) યેનસીડ—ગારીડા કાર્બ. (૯૦) મહીલા ટોનીક—રેટાનીયા. (૯૧) ધનુરવા—હાઇપેરીકમ. (૯૨) સીરીલીસ ખીન્ને અને ત્રીન્ને—ગામડી સાસાપીરીયા અથવા અનંતમૂળનો ઉકાળો 'સાલ્વરસન' કરતાં વધુ ગુજુકારી. (૯૩) ધાતુદોષ—એસીડોસ ૨૦૦. (૯૪) શીતલા—રક્તદોષ. (૯૫) નામરંદી—એગનસ કાસતસ. (૯૬) નખળાઇનો પાક—કંઠીમાં ખાંડ સાથે કાળુનો મગજ અથવા ગોડામખી ચાટો. (૯૭) સામાટીકા અથવા પેટનું ચળ—કોલોસીન. (૯૮) દાદર દમ્બજ—નેટ્રમ સલ્ફ ૧૦૦૦ અંક દીવસે. (૯૯) રમેટીઝમ—ધાસલેટ લગાડો અને ગંલથેરીયા આપો. (૧૦૦) લકવો—ફોસફરસ. (૧૦૧) અશીલુની ટેવ—જલુભાગ રેવંચી સાથે એક ભાગ અશીલુ આપો—આદત તૂટી જશે (૧૦૨) (૧૦૩) જલંદર—એપીસ. (૧૦૩) ધાવન લાવવા—એગનસ ફેસલસ અકેકે કમકે. (૧૦૪) આધારશીશી—ગ્લેનોખન ૨ x અથવા કાશીયા. (૧૦૫) કાઠ—આલમોગરા તેલ લગાડો, ઝેનાકારડીયમ ૬ આપો. (૧૦૭) કાઠ—સવારે દારૂડીનું દુધ એક તોબો ૪૦ દીન સવારે લો (૧૦૮) કાઠ—ખાવચીના તેલમાં આલમોગરા તેલ લગાડો. (૧૦૯) અનિંદ્રા—વટેના જેટલો કપૂર રાતે ખવાડો. (૧૧૦) ઉંધ લાવવા—રાતે કંઈ ખાવો. (૧૧૧) કાઠ—લસનનો રસ કે કાળુ તેલ લગાડવાથી મટે.

**કક્ષીનીકલ કેસો! રોગ પ્રમાણે દ્વાર સુટો!!**

ફેરમ ૨૦૦ થી હેમરેજ બંધ થયું—કાલીમૂર ૬ વડે આંખનું કુલ દૂર થયું—કાલીમૂરથી ખરજવાં મટ્યાં—કાલીફોસ ૬ વડે અંધાપો દૂર થયો—કાલીસલ્ફ ૩૦ થી ગુમમાં મટ્યાં—એગફોસ વડે માસીક પીડા દૂર થઈ—નેટ્રમ ફોસથી આંખોમાં રોશની વધી—ફેલ્કર ફોસથી જેસ ખાલી થઈ—નેટ્રમ

સલક C M. થી સવારનો ડાયેરીવા મટ્યો—નેટ્રમ મુર ૧૦૦૦ થી  
 મેલેસીયા તાવ હિતરથો—નેટ્રમ ફોસ ૩ વડે ફરમ તૂટી પડ્યા—નેટ્રમ ૨૮૬  
 ૨૦૦ વડે દસ વસનો મગજને લાગેલો ફટકો દૂર થયો—ફેલકર ફોસ ૧૦૦ વડે  
 આંગળી ગઈ—કાલીફોર્સથી ફોલેરા મટ્યો—કાલીફોર્સથી ફોલેરા ટાઈફોઇડમાં  
 સાંપડી—કાલીમૂર અને ફેલકર ફોસથી મહીલાનો પ્રવર મટ્યો—ફેલકર  
 ફોસથી હાડકાનો સોજો ઘટ્યો—કાલીફોર્સથી ગાડપણ દૂર થયો—ફેલકર  
 ફોસથી રીફ્ટ મટ્યો—કાલીમૂર અને ફેલકર ફોસથી ટોનસીલ મટ્યા—  
 નેટ્રમ મુર ૨૦૦ થી આધારીથી દૂર થઈ—મેગ ફોસથી આયુર્વા અટકી  
 ગઈ—સીલીસીયાથી પથ કપાતે જતી ગયો (ડા. વોડર)—ફેલકર ફોસ અને  
 ફેરમ વડે હાડકાનો ટ્યુમર ખેંચી ગયો—ફેલકર ફોસથી ભગંદર મટ્યો—  
 કાલીમૂરથી શીતળા દૂર થયો—યુગ્મ લોસનથી કાષ્ઠાંગવા—ફેરમ અને કાલીફોર્સથી  
 મગજમાં તૂટેલી નસ સંધાઈ ગઈ (ડા. કુલકરજી)—નેટ્રમ સલકથી પીસાળ  
 છુટી—મેગફોસ અને કાલીમૂરથી શુન્યનો ઠાસો મટ્યો—ફેરમ મેગફોસ અને  
 કાલી સલકના મીક્ષરથી ફેમેટીમઝમ મટ્યો—મેગફોસ અને કાલીફોર્સ એક  
 દીવસ અને બીજો દીવસ સીનીસીયા અને ફેલકર ફોસ આખુ આપવાથી  
 લકવો દૂર થયો—નેટ્રમ મુર ૨૦૦ થી છુટી અસદ નાબૂદ થઈ—નેટ્રમ  
 મુર ૩૦ થી અડમરી ચૂપ થઈ—નેટ્રમ સલકથી ગોળ બલેડરના ફોસો મટ્યા—  
 ફેરમ ૩૦ થી ઉરકેરાટ સમી ગયો—કાલીફોર્સ ૩૦ થી બ્લોક અને બોટી  
 ફરમ ભાંગી—નેટ્રમ ફોસ ૩૦ થી તાલકની પીડા દૂર થઈ—કાલીફોર્સથી  
 મેનીન બાઈટીસ દૂર થયો (ડા. ચેપમેન) ફેરમ ૬ x થી કપાલમાં થયેલી  
 વેદના નાબૂદ થઈ—નેટ્રમ ફોસ ૬ થી ગર્ભવંતીની ઉલટી શાંત થઈ—  
 નેટ્રમ મુર ૩૦ થી ગલ્લેકેમા (અમરવે) દૂર થયો—નેટ્રમ મુર ૩૦ થી દુરના  
 અક્ષરો દેખાવા લાગ્યા—ફેલકર ફોસથી આધિજો દેખતો થયો—કાલીમૂર  
 ૬ x અંદર-બહાર વાપરવાથી આંખનું 'કુલુ' મટ્યું—નેટ્રમ મુર ૨૦૦  
 એકાંતરે આપવાથી આંખમાંથી 'ઝરતુ' પાણી બધ થયું—મેગફોસ ૬ x

ગરમ પાણીમાં લેવાથી કાનની વેદના સાંત થઈ—કાલીમુર ૩૦ અને કલેકરે સદેક ૩૦ વડે કાનની રસી સુકાઈ ગઈ—નેટ્રમ મુર ૩૦ અને સીલીસીયા ૪૦ વડે જીનો કલેખમ જતાઈ મથો—નેટ્રમ મુર ૨૦૦ થી કમજીઆત તુડી ગઈ—કેલકર ફ્લોરથી પાયોરીયા અટક્યો—કેલકર સલફથી પુરાણી શીર પીડા દૂર થઈ—કેલકર અને ફેરમ વડે ઝોનીમીયા (પાંકુરોગ) મટ્યો—કાલીફોસથી બમંકર જીખનો ભડો સાંત થયો—કાલી સલ્ફ ૬ થી ઓઝકાર ચૂપ થયા—નેટ્રમ ફેસથી છાતીનો છઠરો દૂર થયો—કાલીમુર, નેટ્રમ ફેસ, નેટ્રમ સલ્ફ વડે લીવરના દરદો નાચુદ થયા—કાલીમુરથી કમજો થટ્યો કાલીમુરથી દુધ પચ્યું—લીલીસીયા ૩૦ થી કમજીઆત મટ્યો—ફેરમ ૩૦ થી હરનીયાનો સોજો ઉતર્યો—કેલકર ફ્લોરથી માંસની રસાઓ સંક્રામ્ય—કેલકર ફેસથી ત્યાં આલજીમન અને માંસ વધ્યું—હેલ્લી તથા દવાથી હરનીયાના કેસો સારા થયા છે. નેટ્રમ ફેસ ૩ x પાંચ વીક આપવાથી ૫૧ ઇંચનો કરમ ૭ પડ્યો—કેલકર ફ્લોર ૬ થી દરસ મટ્યો—ફેરમ ૩૦ તથા કેમકર ફ્લોર ૩૦ થી મસામાંથી લોહી બંધ પડ્યું—એન પ્રયોમથી એક બાઇને ઓખખાઈ આવી—કેલકર સલ્ફ અને નેટ્રમ સલ્ફથી અતિસાર મટ્યો—મેનફેસ ૬ x ના તથા ૩૦ ગરમ પાણીમાં ૧૫ મીનીટ લેવાથી પેટની બમંકર પિડા દૂર થઈ—કાલીમુર અને કેલકર ફેસથી ૧૨ ટકા આલજીમન દૂર થયો—કેલકર ફેસ સવારે અને કાલીફોસ સાંજે આપવાથી રાતે જાદરાં શીંજવવાની ટેવ બાંગી ગઈ—ફેરમ ૩૦ થી દીવસે થતી વારંવાર પીસાન ઓછી થઈ—નેટ્રમ સલ્ફ ૬ અને કાલીફોસ ૬ વડે કાયાળીદીસ મટી મથો—નેટ્રમ ફેસ કેલકર ફેસથી દસ્તદાપ (M. B.) દૂર થયો—લીલીસીયા ૩૦ થી હાઇડ્રોસીસ મટ્યો—કાલીફોસ ૬ ના મોટા ડોઝથી પ્રસૂતીમાં જલદી છુટકારો થાય—કાલીમુર તથા કેલકર ફેસ પૌવાથી લીપથેરીયા ૪૮ કલાકમાં દૂર થયો (સુરસર—કાલીમુર અને કાલીફોસથી શીટસ—હીસ્ટીરીયા મટ્યાં—ફેરમ અને કાલીમુરથી

ફેમેડીઝમ મટયો—ઢાલીપુર અને નેટ્ટમ સદ્દથી ગાઉટ મટયો—ઢાલીપુર નેટ્ટમ ફોસ અને સીડીસીયા આપવાથી નાર (ગીની વરમ) મટયો—ફેરમ અને ઢાલીપુરથી શીતલા મટયો—(ચેપમેન)—નેટ્ટમ સદ્દ ૩ અને ફેરમ ૩ થી ખરણ નાની થઈ—ફેરમ, ઢાલીપુર અને ફેવકર ફોસથી ટાઇફોઇડ દુર થયો—ફેવકર ફોસ ૬ અને સીડીસીયા ૨૦૦ થી પારગલો (રીફ્ટ) દુર થયો. —વેસ્લીનમાં ફોસ ૩ અને નેટ્ટમ સદ્દમ ૩x પાવરનો લગાડવાથી હરનીયા મટયે. સીલસીયરથી આરથરાઇટીસ મટયો.

### પાંડિત પોકાર.

અપામાગ—ચરક, નાકના દરદોમાં વાપરવા કહે છે. સુશ્રુત કરમ અને હરસમાં ઉપયોગી જણાવે છે. ચક્રવર્ત આખના દરદો, બહેરાશ, જાણકારા અને લોહી બંધ કરવામાં અદ્ધસીર માને છે. લાવપ્રકાશ મૂળની ખાલ ફોલેરામાં કામચાળ ગણે છે. સારંગધર, લોહીના મસામાં રામનાથ જણાવે છે બંગસેન, નવાં ગુમડાં તથા ગાંડપણની સંજોગે ઔષધી માને છે. હારિત, જલદર અને ઉતરી પડેલા લાગોમાં ગુણકારી જણાવે છે. એની જઠ—અને પાન સાંપના ઝેર અને ગુમડાં-પાંડાનું અપ્રોષ્ધ છે. એનો મગજ સુંધતથી ચક્રી શિરપિંડ મટે.

રોહીડા—ખરણ ક્લેન્નમાં અદ્ધસીર, મોટી ગૂઠો અને જાડાં શરીરમાં કામચાળ. મદર તથા પ્રમેહમાં અપ્રતિમ, ચરક, અને ચક્રવર્ત કમલો જલદર ખરણ સોળ અને ખડીમાં વાપરવા લલામણુ કરે છે.

કાલમેષ—ઠરીયાતુની ખીજ જાત. કરમ, ઉલરી, ક્લેન્ન, ખરણ નાવ, કળજવાત, ગુમડામાં અદ્ધસીર છે. સસ્તું લીવર ટોનીક...લોહી વધારે.

લીમ્બો—કોઠમાં વાપરવા ચરક જણાવે. આમડીના દરદોમાં, પ્રમેહમાં પીતના તાવમાં, પ્લાસ તમ્બા ખાંસીમાં વાપરવા સુશ્રુત લલામણુ કરે. ગુમડાં, ઝેર લોહીવીઠારમાં હારિત ફેરમાવે છે સફેદ પાલ, ખરતા બાલ,

ગુમડામાં વાગલટ્ટ અક્સીર જણાવે છે. કમલો, ખરખર્વા અને ચામડીના દરદોમાં ચક્રદત લલામણ કરે છે. સાવાટીક, ખાંસી, હૃદયરોગ અને અને આંખના તથા ચેપી દરદોમાં જંગસેન અક્સીર માને છે. કરમ, પીસાખમાં લોહી, ગુમડાં, કેનસરમાં લાવપ્રકાશ કીમતી ઔષધ માને છે.

બેલકુળ—તાવ અને હંરસમાં ચરક વાપરે લેહીના મરડામાં સુશ્રુત લલામણ કરે. જલંદર, ઉપટી, લોહીના હંરસ, અતિસાર, મરડો અને ચરીરની દુરગંધમાં વાપરવા ચક્રદત જણાવે. મરડામાં ઉપયોગી લાવપ્રકાશ કહે. ઉપટીમાં જંગસેન સફળ જણાવે.

સારોડી—ધનવનતરી ઝાડો પીસાખ સાથે લાવનાર જણાવે છે. હાટ-લીસીક, લોહીની ઓછપ, જલદરમાં પ્રભાવશાળી છે. દમ-ખાંસી પેટના દરદોની સિદ્ધ ઔષધી છે. લાલ જાત આ દરદોમાં વધુ ફોલદમંદ છે. ચરક, વાતરત જલંદર મુરદાની પથરી હાથીપત્ર અને સોજાની એ અંતીમ દવા જણાવે છે. સુશ્રુત તાવ, હડકવા, ઉંદરના કરડ, સપડંખ જલંદર, પથરી, પીસાખના રોગો અને ખાસ કરીને શ્વાસ રોગની તે અમેલ ઔષધી ગણે છે. ૫૬ મહત્ત્વા સરાખની કેદ, રનાયુની કમળેરી દુર કરનારી માને છે. ચક્રદત છાકટપણા અને ઝેર નિવારણની સચોટ દવા ગણે છે. હારિત, જાંબના ગુમડામાં કામચાખ જણાવે છે. જમસેન, ચોથીયા તાવ, અરદીદેરીયા રમેટીકમ, ખડી અને આંખના દરદોમાં ફરમાવે છે. ગુનાની હામો, કેમલો, કલેજરોગો, શ્વાસરોગ પીસાખના મરીજ, કરમ, તવ અને સોજામાં અસરકારક જણાવે છે એક વૈદ્યાજ વજન પટાગવતી આ સાદી અને સસ્તી છુકી ગણે છે, ચાલીસ રતલ જેટલો પેટાડો નોંધાયો છે. ટોનીક છે. જરૂર ધેરમાં રાખો, માથાના દરદો દૂર થશે હલ્લ મળજીન બનાવે

કાચકા, સાગરગોટા—ચરક, રતવા, તાવ, હંરસ, કેદમાં ફરમાવે છે. સુશ્રુત, ગુમડાં, પેટની વીંટ, ઉપટી, પાકાં, હાથીપત્ર, કરમ અને

રૂમેટીઝમમાં અકસીર માને છે. વાગબટ, ગાઠો અને નસોના ગુળ્લામદ વાપરે છે. ચક્રદત, થીતળા ગોવરાનાં એપી દરદો, આંખનાં રોગો અને પાંડિલાં પાઠાંની રસી કાઢવામાં ગુણકારી જણાવે છે. બંગસેન, જલદર, કલેળાંની તકલીફ, પિત્તના રોગો ખાંસી, ગેસ, હરતીયામાં કામચાલ જણાવે છે. તાવમાં કવીનાઇનથી સરસ કામ આપે. ગેસની ઉત્તમ દવા.

**આકડો**—ચરક, પાઠાં હરસ ઉલટીમાં વાપરે છે. સુશુત, કુતરાનાં કરડ, કાનના દરદો, કરમ, કાઠવાટ અને શ્વાસકાસમાં સ્ફળ જણાવે છે. વાગબટ, દાઢની પીડમાં ફરમાવે છે. ચક્રદત, વિહ્વી કંખો, વધરાવલ અને હાથીપગમાં અકસીર માને છે. વાવમકાસ, બરળ અને તીક્ષ્ણીરાગની દવા મળે છે. બંગસેન રૂમેટીઝમ અને કાળી છાંટ દૂર કરવા બલામલ્યુ કરે છે. એક વૈદરાજ, આકડાના ફુલ સાથે મરી મેળવીને વાઈ-શ્વાસરોગ દૂર કરે છે.

**પપાઉ**—તાવ બરળ કલેળાં દુધનો અપચો કબજાઆત લોહીના મસામાં પાકેલા ફળ અપાય છે. કાચું ફળ ઝાડો પીસાય. તથા માસીક ધર્મ લાવનારું છે. એનો કાચો રસ અંદર લગાડવાની ગૌલતી કરેલ. તો ગભરું પુટી પડવાનો સંભવ છે. પપાઉનું દુધ લગાડવાથી બળકરણ દરાજ કાપરી દૂર થશે...ગેલ કરમની દવા પપાઉનું દુધ છે. કાચું પપાઉ ખવાડવાથી સુવાવડીની અતીમાં દુધ બધે છે. એના પાન ખાધી ગર્ભ ખાધવાથી સંધીવાની અસર દૂર થશે. દુધ માંસ પચાવવાનો એમાં પેપસીન છે. પશ્ચિમના પંડિતેએ આ તાસીરા નક્કી કરેલી છે. પપેન એટલે પપાઉનું દુધ.

કડવાં ધીઝોલાં, કંદુરી, તોંડલો—મનવનબરિ નિધનું, તાવ જલદર લોહીવા, મરડો કમળો, વાણગેળો દૂર કરનારાં જણાવે છે. રાજનિધનું, ખાંસી ઉલટી, લોહીવિકાર અને પેટના દરદોમાં વાપરે છે. પાનનો રસ લગાડવાથી પાઠાંની ગરમી ચાંત કરે છે. અથાળીટીસમાં એના પાનનો રસ પીવા અપાય છે. સાકર તથા પીસાળની વારંવાર ચતી હાજત રોકે છે.

**પાપાણુ ભેદ**—હિમસાગર—એના પાન વાડી પેટપર બાંધવાથી પીસાળ જૂદે ગુમડાં પાડાંપર એનો રસ વપરાય છે. દમ ખારી હરસ પ્રદર પ્રમેહ પથરી ત્રાસટ્ટેટમાં સફળ છે.

**દુરવા ઘાસ**—ચરક પાદમાં ફરમાવે છે. સુશ્રુત પીસાળ રોગોમાં વાપરે છે. ચક્રદત, ખરજવાં તથા બધે પડેલું માસીક ચાલુ કરવામાં ઉપયોગ કરે છે. ભાવપ્રકાશ, પીસાળ લાવવામાં બધામણુ કરે છે. અર્થવેદ, ૧૦૦ મૂળી અને ૧૦૦ ડાંખીવાળી દુરવાને સર્વરોગ નાશક જણાવે છે.

**શાલપણી**—લોહી સાથે કરનારો ટોનીક છે. તાવ ઉલટી નલંદર ગુમડાં આસરોગ કરમ મંદગ્નિ, ટાઇફોઇડમાં ખુબ પ્રભાવિક છે.

**વાવડીંગ**—ચરક, કરમનાશક જણાવે છે. સુશ્રુત, આયુર્વેદક અને હરસનાશક સાખીત કરે છે. ખીજ પાંખિતો મધ સાથે વાપરવા બધામણુ કરી સુચવે છે કે કબજાત, અસાધ્ય તાવ, ખડી, ગેસ, વાયુગોળો, રૂમેટીઝમ અને ચામડીના દરદોમાં ઉપયોગી છે. કેનસર માટે જેડીમધ સાથે વાવડીંગ વાપરવાની એક નિખ્યાત વૈદરાજ બારપૂર્વક આગ્રહ કરે છે.

**પીપ્પસો**—ચરક ગુમડાં મરગમાં અકશીર જણાવે છે. ચક્રદત લોહીની ઉલટી તથા લોહી પડતાં દરદોમાં વાપરવાની બધામણુ કરે છે. છાલમાં ટોનીક કાયો અને મીથુ છે. વડને મક્કતાજ ગુણો છે. ફળમાં ટોનીક અસર છે.

**ભેઠાસિંગ**—સુશ્રુત, માથાના દરદોમાં અને મધુમેહમાં વાપરે છે. વાગ્લદ્દ હરસમાં ફરમાવે છે. નવ્ય મતવાલાઓ કાયાખીડીસમાં ગુણકરિ સાખીત કરી છે.

**મંડુકપરણી આહાણી**—કમળો, ચામડીના દરદો, ચાંદી, પ્રમેહ, પ્રદર નલંદર, તાવ અને હાથીપગમાં સચોટ પ્રભાવ જતાવે, પેટ પીસાળ સાફ

લાતી લેદીને સુધારે. ચરક, પેટના દરદો અને સડેલાં ગુમખામાં વાપરે. સુશ્રુત, આયુર્વર્ધક અને યાદદાસ્ત તિલક કરનારી ગણાવે. હોખ્યો દવા બને.

**એખરો, તાક્ષીમખાના**—રેતી પથરી અને પીસાળના રોગોમાં ચરક કામયાબ જણાવે. નામગદીની દવા અને સંસારી માણસો મારેનું ટોનીક સુશ્રુત કહે છે. જલ્દરમાં વાપરવા ચક્રદત્ત બ્રહ્મભણુ કરે. હથ્થાર વીના પ્રસુતી લાવવા (ડીવીવરી) બંગસેન ફરમાવે છે. ઉંઘ લાવવા હારિત સુચવે છે. દક્ષત એના મૂળીયાં માથા નીચે મુકવાથી ઉભગરો બોમવતો રોગી નિદ્રાદેવીના મીઠા ખોલામાં સીધો જઈ પુગે છે.

**વસાકા, અરકુસી**—ખાંસી સરદી ખહી રક્તપિતની સચોટ દવા. વૈદમાતાનો ઇશ્વરબળ અપાયો છે. ચરક, લોહીવાલા કફમાં વાપરે છે સુશ્રુત કમળો, શ્વાસરોગ અને ખહીની ખાતીની દવા જણાવે છે. ભાવ પ્રકાશ, તાવ સાથના ડાનીના દરદોમાં ફરમાવે છે. ચક્રદત્ત, પ્રસુતી કાળમાં કષ્ટ વિના છૂટકો લાવવા એના મૂળીયાં સફળ ગણાવે છે. બંગસેન, હરસમાં અક્ષીર સાખીત કરે છે. વાસા અવલેક હાખી ખાંસીની અચૂક દવાઈ છે.

**ફોન પુખી**—ખાંસી મરડો, કમળો કરમ તાવ જલ્દર દૂર કરે. શ્વાસરોગમાં પ્રભાવિક છે. માખીક લાવે છે. બરળ કનેલું સુધારે ગુમા કહે છે.

**કાક્ષીતુલશી**—કૃષ્ણમુળ—ચરક હારિત ચક્રદત્ત બંગસેનનો ભેગા અનુભવ જણાવે છે કે તુલસી, સરદી ખાંસી કખળ્યાત તાવ વીંછીકખ નાકના દરદો સર્પવિષ ન્યુમેનીયાની ચોકકસ ઓલધી છે. મધ મરી સાથે ચાટવા અપાય છે. સુકા પાનની છુકી સુંઘવાથી પ્રસાણી સરદી શ્વાસરોગ મટયાં છે. તુલસીપાન ચાવવાથી કરમ, ગેસ, મંદાગ્નિ મટે.

**ખેતપાપરા**—પિત્તના તમામ દરદોની રામખાણુ દવા...નેટ્રમ સલ્ફની તાક્ષીર. તાવ દૂર કરે. અતિસાર અટકાવે. ચક્રકર મટાડે. ઉસદી રોગ મરડો થોભાવે. યાદદાસ્ત નિદ્રાણુ કરે દાદ જલ્દાનુનો નાશ કરે.



જણાવે. રૂમેટીસમ જલદર અને આંખના દરદોમાં હારત તથા ચક્રદત્ત કામયામ જણાવે. દાખલામાં અતિસાર અને પિત્તના રોગોમાં ભાવ પ્રકાશ અકસીર માને છે. નખછેર કાઢવાટ પેટની વિંટ અતિસારમાં બંગસેન પસંદગીની મહેર લખાવે. હરડે-ખીપરની ભુકી સર્વે રોગ નાશક છે.

ગળો, અમૃતવેલ, બલોન્થા—પ્રવિનાર્જનનો આબાદ ગુણ ધરાવે. તાવ કમળો હિલ્ડીમાં ચરક વાપરે. અને સુવાવડીનું દુધ સુધારવા બલામણુ કરે. પ્રમેહના તમામ દરદોમાં વામબદ્ધ દરમાવે. ભાવપ્રકાશનો અતુલ્ય ચરકને મસતો છે. લીવર કાથીપત્ત અરસીકરીયા કાઢ આંખના દરદોમાં ચક્રદત્ત ગુણધારિ જણાવે. હૃદયના ધપકારામાં બંગસેન વાપરવા મુયવે ત્રિદોષનાશક અમૃત છે. મગજના રોગોમાં ઝોમાઠ કરતાં અકસીર છે.

પટોલ—જલદરમાં સંધીવામાં અને તાવમાં અચૂક સુશુકારી ચરક માને છે. ચક્રદત્ત તાવ રૂમેટીઝમ પિત્તના રોગોમાં કામયામ જણાવે છે. સુશુતનો મત ઉપર પ્રમાણે છે. ભાવપ્રકાશ ગોવર્દ શીતતા અને લાર્મોની બનાવટમાં વાપરવા બલામણુ કરે છે. ગ્રૂળ અને પાન વપરાય છે.

કુરચી, ઈન્દરજળ—મરડો હરસ અતિસારની અચૂક રામખાણ દવા ચરક માને છે. સુશુતનો અનુભવ જોજ પ્રમણ્યે, ભાવપ્રકાશ શ્યામ્પીટીસમાં પ્રભાવિક જણાવે છે. જલ અને બી વપરાય છે.

## નીમકનો વપરાસ ગોઠો કરો!

રોજ લેવાતા નુકસાનકારક ખોરાકમાં ખં, ચાવલ, અડો મસાલો અને નીમક છે. ચટાકેદાર તેજના વાપરવા છતાં નીમક નાખ્યા વગર રસોઈમાં લહેઝટ આવતી નથી. એટલેજ મીઠાને ‘રુખરસ’ ધ્રુવકાગથી સંબોધવામાં આવે છે. કમજાકકણી ઇનશાન મીઠા વગરનો કહેવાય છે. વસ્તુ ઉપયોગી છતાં માવસર જો નહીં લેવાય તો મીઠું કમતાને બદલે હાની કરે. જેનો

હું'કા પુરાવો નીચે અપાયા છે. મહાનામી કીરતારે દરેક કુળનાક્રમાં ખનીજ સારો પીરસેલા છે. નીમક વીના નહીં ચાલે તો સિંધાકુળ વાપરે.

અમેરિકન મેડીક્સ જરનલ (વા. ૪-૬-૪૬) જણાવે છે કે. નીમક બંધ કરવાથી લોહીનું દબાણ ઘટ્યું અને વધુ આપવાથી ઉછડ્યું. આખો સોજો, માથાના દરો, શ્વાસરોગ, હાર્ટડીસીઝના લોહીની બહારો દકત મીઠું બંધ કરવાથી મુત્ર ચર્મ ડા. ફેરરીક એલન-(૧૯૨૨) દ્રઢ મીઠું બંધ કરવાથી લોહીનું દબાણ આગળ વધતું અટકી મધુ. આ અનુભવ પાછળ ૨૮ વર્ષના અવલોકનનું પીકળણ છે. કેનસરનું કારણ રોધનારો ફેરરીક ટી. માર્સ (૧૯૧૦) પોતાની કીતાબમાં જણાવે છે કે—કેનસરના ૧૦૦ કેસોમાં બમડેલાં મુત્રપિંડના લાખસામાં (સાઈક ડીસીઝ) સાબીત મધુ કે જરૂરીયાત કરતાં વધુ મીઠું ખાવાની ટેવ રોજોમાં જવાબદાર છે. નીમક પાચન બગાડે. હેલ્થની મુત્રાસય જાનતંત્રને ઘસેલે વહેલું ધાપણ લાવે. 'કેનસર' નામના અમેરિકન મત્સીકમાં ડા. કનકસ બહારી જણાવે છે કે ખાંડ નીમક બંધ કરવાથી ૪૬ વર્ષની બાઈને છાતીના કેનસરમાં નોંધપાત્ર ફાયદો થયો. યુનાઈટેડ રેટેમાં કેનસર વધવાનું કારણ નીમક છે. ડા. ફેરરીક હોફમેન જણાવે છે કે, -મેક્ષિકોમાં કેનસર કવચીતજ માલમ પડે, કારણ અમેરિકન પ્રજા કરતાં અહીં નીમક ખુબ ઓછું વપરાય છે. સરગરીની પ્રેક્ટીસ ડોહી મુકેલા ડા. ફોરબસ રોસ પોતાના પુસ્તકમાં જણાવે છે—લોહીમાં મીઠાના પ્રમાણ વધી જવાથી જ કેનસર થાય. આ માહિતી ચોક્કસ છે રાયસ સેલ્સાપટી એલ મેડીસીન સમક્ષ બાંધણ કરતાં હોફમેન સાહેબ જણાવે છે કે, ખેરાકમાં નીમક ઓછું સમજીને સુધરેલી પ્રજા મીઠું વધુ ખાય છે. દ્રઢ સ્વાદને ખાનર મીઠાને ઉપયોગ વધી રહ્યો છે. ૨૦૦ જોન ગરહાટ કહે છે કે—મીઠાં મસાવાસે વપરાસ કેનસરને વધારી મુકે છે. લેક. કરનલ વિલીયમ હીલ્ડીસાડ (૧૯૧૭) પોતાના પુસ્તકમાં લખે છે—'નીમક ખાવાથી કેનસર અને બીજાં દરો બેર કરે

છે. બેઠ કરવાથી સુધરવા માટે છે. 'પ્રોફેસર શરમન—શરીરમાં મીઠું હજમ થતું નથી. પીસાળ માગે નીકળી જાય છે. બીજાં ઝેરા માદક તે બહાર ધોક્કી દેવામાં આવે છે. એટલે મીઠું ઝેરી છે એમ સાબીત થયું. ગુરદા થાકવે. સોજા કરે. ગરમીના દરદો ઉભરે. ખરજવા થાય. હૃદયની ગતી બગાડે. પ્રેસર વધારી મૂકે. સ્વાદના ગુલામ થઈ રસોઈ બગાડવા કરતાં મોળા નીમક વગરની ચીજો ખાવાની ટેવ પાડે, તો દરેક પદાર્થમાં એક પ્રકારનો મીઠાસ માસમ પડશે. ખોરાક અંગેની બેદરકારી રોગમાં જ પરિણમશે. ગુમાવ્યા વીના તમે આરોગ્યનું મુલ્યાંકન કરી શકવાના નથી. વિજ્ઞાનિકો ખાત્રીથી કહે છે કે અઠવાડીયામાં મીઠાનો વ્યક્તિ દોઢ વપરાશ અર્ધાં તોલાથી વધુ ન જોઈએ. ખરજવાં કાઢ જલોદર હાકવા રોગમાં પડિતોએ નીમકની મનાઈ કરેલી છે.

## ખાંડની જોટ કેમ પુરશે?

મહાવિપ્રલંબ્યારે એલાયું ત્યારે ખાંડની જેમ બેહદ વધી પડી. તે એવાંમમાં ખાંડની જોટ પુરનારા ખોરાકમાં ગળપણ લાવતા કૃત્રિમ પદાર્થોની માંગ તીવ્ર અને જલ્દદ બની હતી. અત્યારે પણ તેવીજ પરિસ્થિતી છે. ૧૯૪૨થી હિંદના મુલકોમાં ખાંડની અછત થતી આપી છે. એ ન્યુનતાની સાથેજ સેકરીનખાઇના પગલાં બારત જુમીપર મંડાયાં છે.

સેકરીન ચારકોલ પ્રોડક્ટ છે. લોખાન જેવા રસાયણીક પદાર્થમાંથી બનેલી ઉગળા જુડી છે. અને મીઠાસ લાવવામાં એની તીવ્રતા ૪૦૦ થી ૪૦૦૦ ગણી મપાઈ ચૂકી છે. '૧૮૭૬માં ફેફલબર્ગ' નામનો રસાયણ શાસ્ત્રી પોતાને ઘેર સાંજે જમવા મળે ત્યારે બોજનનો દરેક વાનગીઓમાં તેને અસાધારણ ગળપણ જણાયું. તપાસ અંતે નક્કી થયું કે એના હાથને દાઢ પદાર્થ લાગેલો, જેના સ્પર્શ માત્રથી તમામ ખાધ વસ્તુઓ ખૂબજ મીઠાસ પડી લેતી. એ જલ્દદ રસાયણને સેકરીન નામ આપવામાં

આબ્દ. ખારીક અવલોકનથી જાણી શકાયું કે સરીરમાંથી ફેરફાર વિના સેકરીન પસાર થઇ જાય છે. એમાં પેષાંક કે ખેરાકી તત્વો નથી, છતાં એના વપરાશથી તંદુરસ્તીને કશીબી હાની પુગતી નથી.

સેકરીનની શોધ થયા પછી-ગળપણુ લાવનારા બીજા પદાર્થો મેળવવા થઇ રહેલ અયાગ પ્રયત્નોના ફળરૂપે 'ડક્કીન' નામનો પદાર્થ ૧૮૯૨ માં શોધાયો છે જે ખાંડ કરતાં ૧૨૦૦ મરતબા વધુ મીઠો સાબીત થયો છે. સેકરીન કરતાં તે વહેલું પાણીમાં પીગળે છે. તે પછી રંગા અને વારનાશોમાં વપરાતા 'પેરીલા-આલ્ડી-હાઇડ્ર' અને 'એ-ટી-આલ્ડી-હાઇડ્ર' નામે પદાર્થો શોધાયા... પેરીલા તેલમાંથી બનેલા આ પદાર્થ ૨૦૦૦ ગણો મીઠાસ ધરાવે છે. એમ જાપાનીઝ મજ્જુરાએ નક્કી કર્યું પણ અમુક પ્રકારની વિચિત્ર ગંધ હોવાથી તે આખ્ય વસ્તુઓની ઉપયોગમાં લેવાતી નથી, છતાં સુગંધ આપનારી ચીજોમાં તેનો વપરાશ થઇ રહ્યો છે.

અત્યાર સુધીમાં ખાંડની ગરજ સારનારા નવ પદાર્થો શોધાયા છે. તેના નામ સાથે ગળપણુની તીવ્રતા પણ સાથેજ દર્શાવેલી છે

(૧) ખાંડ...૧, (૨) ડક્કીન...૧૭૦, (૩) સેકરીન... ૪૪૦, (૪) પેરીલા એ-ટી-આલ્ડી-હાઇડ્રમ ૨૦૦૦, (૫) હાઇડ્રોક્સી-નાઇટ્રેનીલીન ૧૨૦, (૬) મીથાઇક્સી-નાઇટ્રેનીલીન ૨૨૦, (૭) હયાઇક્સી-નાઇટ્રેનીલીન ૬૫૦, (૮) પ્રોપાઇક્સી-નાઇટ્રેનીલીન ૪૧૦૦, (૯) બ્યુટાઇક્સી-નાઇટ્રેનીલીન ૧૦૦૦

ખાંડ નુકસાનકારક છે તે પશ્ચિમના તળીબી હેવાલપરથી આપણે જોઇ ચૂકા. વેપારી નજરે સેકરીન સરતી છે. પણ આરોગ્યના દ્રષ્ટિમિંદુથી જોતાં જોડીમધ ખીટકટ, કળો ખજુર, લુની સરતી દરાખં-અને મધ વધુ સ્વાસ્થ્યથી છે. ખાંડ માફક આહોમાં ડોહવીને પીવાથી ગોળ કાપદો આપતો નથી, ઠાંધને મરદો તો બીજાના મેલામાં છામરા લાવી મૂકે છે. ગોળ વાપરવાની ખરી રીત એ કે પાણી સાથે ગોળને હિકાળી તળીયામાં

ચેટિકે રંગે ગાળીને પછીજ ચાહેજ ફારી મીઠાઈ મલીધ અને મહેરવાદિયામાં તેનું મીઠું પ્રવાહી લેવું. અથવા અગાઉથી બીજવેલા ગોળનું ઠંડું પાણી વપરાશમાં લેવાથી ગોળ પોતે ગરમ હોવા છતાં ઠંડો ગુણ આપી પેટ સાફ લાવશે. જેડીમધ મુકા અંબર, કાળો ખજૂર કે જીની દરાખનું પાણી, એજ પ્રમથો બનાવે...બીટરૂટ પાનળાં કાપી ઉકાળી તેનો અરક વાપરે. દુધ વગરની ચાહેમાં મધ-લીંછુ પીવાથી અનેક ફાયદા છે. જે એટ્રાલીયન સુંદરીના અનુભવ સાથે જાપામાં પ્રમટ થઇ ચૂકા છે. મધ-લીંછુની ચાહે એતન તાઝગી આપનારી છે. ટાનસીદ્ર તથા ગળાના રોગો મટાડે છે.

### પહેલાં ઉપવાસ—પછી દુધ !

(૧) ઉપવાસથી પાકનો જીમખો મટયો. (૨) લીઝુના રસમાં નેપાલનું બી ધસીને આજવાથી ફાઇમી સાંપનું એર ઉતરે. કંતી મૂળના નામે આ ગોળાઓ દેશી ફાર્મસીમાં તૈયાર મળે છે. (૩) કાળી વ્રુક્સીને તાજે રસ આજવાથી, નાક, કાન, ગેલમાં રેડવાથી આખા શરીરે ધસવાથી મોત દિનારે પ્રગલ્ભે સાંપનો હંખેલો રોગી ઉભો થયો. (૪) મલીલાઓને આરોગ્યનું જ્ઞાન પહેલાં આપો તો પોતે તંદુરસ્ત રહી પેતાના બાગડોને તેની ચાવી બચવનમાંજ શીખવશે.

(૫) ‘ઠહે નેપોલ્યન દેશને કરવા આનાદાન,

સરસ રીત તો એજ કે દો માતાને રાન.’

(૬) તાવમાં હોજર આરામ મળે. તાવનો ઇલાજ ઉપવાસ. તાવનું એર દુધ અને ખેરાક. આટલું ચાલ રાખે તો તાવમાંથી બરજ અને ટાઇફોઇડથી બાળકો કદી નહીં જન્મે. (૭) ડૉ. લેન (M. D.) કહે છે ‘દવા કે ડોક્ટરોથી દુઃખ સાગ્ન થતાં નથી બારીક અવલોકનથી બચશે કે નહતલ દુર થતાં જે વીજળીક પ્રવાહ દોડે તેજ બીમારને ઉકાડે છે. (૮) ડૉ. આરબથનોટ જણાવે છે—દવાઓ ધુંટી પીસીને કાલેજની

હીમી લઈ બહાર પડેલો બિચારો મેડીકલ વિદ્યાર્થી શું જાણે? બિચારક કે તંદુરસ્તીને લગતું યાનજ આપાતું નથી. ચૂર શીખ્યા હોય તો ચેલાને શીખવેને? (૯) ડૉ. વિલિયમ ઓસસર કહે છે—જે દવાઓનું નિર્માણપણું સમજે તેજ ખરો શીઝીશીયન. (૧૦) એકાદ-બે ઉપવાસ કરી સવારે સંત્રાનો ગરમ રસ કે લીંબુ-પાણી ગરમ થોડું ચુસીને પીવે. પછી મીઠા મેવો ખાધ ગરમ દુધ એકધું દર બે કલાકે પીએ. તેની સાથે ગરમ પાણીનું સ્નાન અને આરામ લેવાથી વજન ઝડપભેર વધશે. ૪ વીકમાં જ શાયદો થશે. (૧૧) મોટા પ્રમાણમાં દુધનો જથ્થો લેવાથી આપું શરિર અને આંતરડાં પેલાઈને કાય જેવાં સાફ થાય. બે પેટ વધું આવે તો શીકર નહીં. ફક્ત પ્રમાણુ ઓછું કરજો. મીઠક કાગડ સેનીટેરીયો હવે બધિવાની જરૂર છે. જ્યાં આફલાઓ આરામ લઈ નવું જીવન મેલવે. ખીમાર માણસો હોસ્પિટલનો આશરો લે તેના કરતાં હોસ્પિટલો બધિવીજ નહીં ૪૩૦ જેવું જાન કેમ કેળવવામાં આનવું નથી એમ તમારા ડોક્ટરોને પ્રુબી બેવ.

(૧૨) 'દુઃખ લેવે જાવે નહીં, આવે આપ્યા છુય, સુખકા પહેરા હોયેઆ, તખ દુઃખ કરેઆ કુય.'—કબીરજી

(૧૩ 'ફળાણા કંઠરમાં હજારો લોકો લાલ લઈ મયા,' એવી ખખર જાપામાં વચિવાથી કોણનું દળદર શીટયું? એરી ક્ષીંચારા પીવાથી દહાડો નહીં ફરે. કેટલા સાજા થયા—કેટલા નાસ્તીપાસ પામ્યા તેજ આંકાવાદ જાણવાની જરૂર છે. ઓપરેશન કાય અને કેટલાં નિષ્ફળ ગયાં એની નેધિ રાખવાની જરૂર છે. (૧૪) ગરમ દુધ પીવાથી હરનીયા મટયો. લંધીવા દેશપાર ગયો. લીવર સુધંરયું. દુધથી મસા મટયા. બખડેલું હાટું સુધારાપર આવ્યું. મોટા પ્રમાણમાં દુધ પીવાથી કાયાખીટીસ દુર થયો. કાચુ દુધ દસેક વખત ઉકાવી (Oxidized) ચુસીને પીવાથી પીસાળ છૂટયો, લોહીનું દબાણ થયું. દુધ પીનારા ઉત્તમ લેખકો જન્યા છે. દુધના પ્રતાપથી પહેલવાનો

પેદા થયા. દુધમાં તાઝગી, તાકાત અને તાંદુરસ્તી છે. જીંદગી આપનાર  
 પ્રવાહી તે દુધ. મરામત કરનારોની દેવતાઓનું અમૃત તે દુધ...શરીર સંચેદ  
 સુધારનારો મીઠેનીક તે દુધ. કરામતી કીમીયું તે દુધ. (૧૫) શરિર  
 સંચાલણ માટે અનિવાર્ય રસો જરૂરી છે. સામતા ૬ રસો દુધ સીવાય  
 કોઈ ચીજમાં નથી. દુધમાં ખનીજ દ્રવ્યો, દુધમાં વિટામિન, દુધમાં દવા,  
 દુધમાં દિવ્યતા, દોષત, દલ્લેહ, દરેક છે. માટે હે મનુષ્યો! દુધ પીવો. ઠંડીમાં  
 સુંક સાથે ગરમ દુધ અને ગરમીમાં ઠંડું દુધ અંજીર કે દરાખ સાથે પીજો  
 દુધ ઉકાળવાથી અંદરના કીંમતી તત્વો નાશ પામે. ફક્ત પીવાય તેટલું ગરમ  
 કરો. (૧૬) જલંદર એટલે પાણીના પોતલાં! ગરમ દુધ પીવાથી, એવડું  
 પ્રવાહી પેસાળ રસ્તે બહાર આણી યશે. જલંદર રોગી માટે એલોપથીક દવા  
 નથી. તેની એકલી અને છેલ્લી દવા દુધ છે. માત્રીસ આપી પરસેવો વધારે  
 નીમક તથા પાણી, હલાહલ વિષ છે, તે બધું કરો. દુધ સીવાય બીજો માર્ગ જ નથી.  
 આ વાતને ચરક ભગવાનનો ટેકો મલેલો છે. દવામાં કુદુ શીલાજીત જલોહદારિ  
 રસ અને આરોગ્યવ રંધીની છે. (૧૭) સાંજે થીપરી મુળ સાથે ગરમ  
 દુધ પીવાથી ચોકકસ હિંધ આવશે, અજમાવજો. ઓછું પીવાથી ઝાડો  
 રોગાય. વધુ પીવાથી દસ્તનો ખુદાશો રહે. પીસાળ તથા પેટને રસ્તે જીનો  
 ભેગો થયેલો કુચરો અદવ ગઢીચી ધોવાઈ જઈ, કાચામાં પછટો લાવે. (૧૮)  
 કોઈને દુધ પચતું નથી. તેને અંજીર દરાખ કે ખજૂર ખાઈ દુધ પીવું.  
 વાલુ થતો હોય તેને ગરમ દુધમાં જોડીમંથ કંકુ સુંક, પીપરીમુળ કે  
 વાવડીંગ વાડી પીનાં લીંણ કે સંત્રાની ચીર ચુસી લઈ જો દુધ પીવામાં  
 આવે તો તે વહેલું પચે. માખણનો લયકો ગલી ઉપર ગરમ દુધ પીવાથી  
 સખત મળ પોચો થઈ સરકી પડશે. પાક્યા પેંછી જ લીંબોલી ખરી પડે, તે  
 પ્રમાણે પાકો રસ ચમા પછી જ મળ તુટી પડે. ત્યાં સુધી ક્રિયા ચાલુ રહે.  
 એવો કુદરતી નીયમ છે. કેટલીક હોજરી તો એક જ દીવસમાં આઠ સેર  
 જેટલું દુધ પચાવી શકે છે. તેથી વ્યક્તિઓ એક જ વીકમાં ૧૦ થી ૧૫

રતલનો સંગીન વધારો મેલવે છે. (૧૯) દુધમાં ચમત્કારિ ગુણ છે. સ્વીમીંગથી જાડો માણસ પાતલો થાય અને કુમળો કુંબા જેવો બને. આખાદ તેવીજ ઉલટી-સુળતી તાસીર દુધમાં છે. મોટાં પેટ નાના થશે. સુકાં શરિરો સમતોલ બનશે. આ પ્રયોગમાં ગરમ દુધ વાપરવાની સલાહ છે. (૨૦) શુસદથી દુધ બંધાઈ પનીર બને. તેમ પેટમાં દુધ બંધાઈ જાય. તે હાઇડ્રોકોસેરીક એસીડ જવાબદાર છે. ડીસપેપ્ટીકની એ સ્થિતી છે. વધુ દુધ પીવાથી શાંતી થશે. આજે દરદ કરતાં દવા લખાઈ છે. શીતલા ગોવર્ધની રસો મુક્યથી ચાંદાં ગુમડાં અને સીરીલીસ વધ્યા છે. કુમળી વયનું પ્રુમસુરત રમતું બાળક રસીના વાંકે અધિગું બન્યું છે. 'માનમેટ' નામક વૈદક માસીકમાં તેની ખુદી હકિકતો છવાઈ છે તે વાંચો. ઉપવાસથી બંધ પડેલા માર્ગો ખુલી જઈ શક્તિ વધે છે... દુધ અને ઉપવાસ, પવન અને પ્રકારા, પાણી અને બધામ, દરદોને પોષારો ગણવતાં બળવાન હથ્થારો છે. (૨૧) 'ગરમ તેલનો (એરડચું વધુ સારું) એનીમા રાત્રે લેવાથી કબજાઆત તુટે. તેમ દુધ વધુ પીવાથી આંતરડાં ધેવાઈ પચીત બને એણું દુધ પીવાથી કમજાતનો લાય રહે છે પણ જથ્થો વધારી દેવાથી લયમુકત થવાય છે. ખહીશગીનો એકલો અમુલ્ય ઓરાક દુધ છે.'—ડો. લવલેંડ, બોર્ડ ઓફ હેલ્થ, ન્યુયોર્ક... (૨૨) ગરમ દુધમાં પીપરીમુળ પીવાથી ધુંટનો વળે છે, સખ્ત સ્નાયુઓ પોચા બને. સંધિવાનો હુમલો દુર થાય. લોહીનું પરિભ્રમન વધે રાહના તેલમાં અજમો લસન ધાંના મરી ઉકાળી લગણવાથી વહેલો આરામ થશે. હીંગ લસનનો બાફ લેવાથી સાંધા છુટશે. (૨૩) યાક વિના આરામની કીમત નહીં જણાય. અંધકાર વિના રોશનીની કદર નહીં થાય. હરામખોરને રાત્રે સ્વપ્ના આવે. મજુરની નિંદા સદ્ગંગ અને શાંત હોય. પ્રતી પછીજ નિંદ્રા—એવો નિયમ છે. આરોગ્ય માટે ફક્ત તમારે પુરૂષાર્થ કરવાનો છે. કશું પોતાની મેલે ઉગતાં નથી. ખાતર, ખી અને પાણી જમીનમાં નાંખવા પડે છે. કોઇમતના ધડનાર તમે છો.



(૨૪) કાપ' સર ઉલ્લેખથી, નરી ધમ્મથી નહીં થાય,  
 સુતા સિંહના મોહમાં મૂગ નહીં પેસી જાય.  
 કિયે ખીના કરે ખીના, દેવ ક્યુ નહિ દેત,  
 ખેત બિજા વાવે નહીં તો ક્યું જામે ખેત !

(૨૫) મેકરેદન કહે “ માંદા પશુનું જો પાપ છે. ” દુઃખ તેને જેનાથી  
 દુઃખ ખીજાને. સુખ-સેવા ત્યારેજ આપી શકે જ્યારે તમે તંદુરસ્ત હો.  
 ડો. બી. પી. માદનના કુદરતી ઉપચારે વચ્ચે જ્ઞાન બેશું કરે, તે ખીજાને  
 આપે. આપે તે કાતાર. આપવામાંજ મોટો આનંદ છે. લેવામાં નથી  
 માટે તુરત કામે લાગી જાય, કાર્ત્ત કવિ કહે છે—

“કાસ કહે મેં કાસ કરે”, આગે વીસમી કાળ,  
 દો કાળકે ખીચમેં કાળ હે, શકે તો આજ સંભાળ

(૨૫) આજે મુશ્કેલી અને ગદ્ગદી બધે વ્યાપક છે. ગાસ-પપૈતા  
 અને ઈંડા છુટાં ખાવા નહીં મને પણ કટલેસ કે પેટીસના લોગરપે  
 બેવમ-બેલ ખનાવો તો બરાબર ગળે ઉતરશે! દુધ લી ખાવાની સવાહ  
 અપાશે તો વળતો સનસનતો જવાબ મલશે કે આજે લી દુધ તે ક્યાં  
 ચોખ્ખાં મલે છે? તેજ શેકાણીઓ દુધના કસ્ટક ધી-ખાંડ આટાની  
 બહુરંગી મીઠાઈઓ અને ધીના જ ગરમરતા મસાઇના ખાત્તું સંતાઈ  
 છુપાઇને હજમ કરતાં જાય છે. વાહરે જમાના!

## સરસ્થું તેલ

(૧) નાકમાં ટપકાવવાથી સરદી, સળેખમ, શિરપીડા, લીંટના લચકા  
 ખીનસ નાસુર, ચીપકા મટી બધે થયેલો માર્ગ ખુલી જાય. (૨) કાનમાં  
 ગરમ ટીપાં ટપકાવવાથી ચરકા થળ રસી બહેરાસ વાયુ અવાજ દેરે થઇ  
 ઢાંક ઉંધડી જશે. (૩) તાલકમાં લગાડી ધસવાથી નજલો સળેખમ મટાડી

ખાલને ચમકદાર કાળા બનાવશે. બંધાઈએ સાથે સરસુ તેલ વાપરવાનું પસંદ કરે છે. (૪) લસુન સાથે સરસુ તેલ નાખી તેમાં છાલ સાથે વેંચણ પકાવી જમવાથી વાધુના દરેક રોગો મટી જકડાયેલા સાંધા છુટી, સરકસ ખેસાટી જેવા ચપળ બનશે. (૫) નીચે મળેલા લોહીના દવાલુને ઉંચી સપાટીએ ફરી ઉંચડી લાવવા માટે સરસુ તેલ બહુ પ્રભાવ બનાવશે. જલદી રાત્ર મુંઠ લસુન વેંચણ કોષ્ટખી એક ચીજ દવાલુ વધારશે. (૬) સરસમાં તેલની માલિસ ઠંડી તથા ઘોમાલાના હીરસોમાં ખુબ તણત-વંતી નીવડશે. રનાન અગાઉ લગાડી રાખો, ચરખી પીગળશે. જડતા મટશે. ચહેરા પર લગાડવાથી અગાઉ ડુલ્હી ઠીર ખરજવા મંદી ચામડી પીચ જેવી મખમલી સુંવાળી અને તેજસ્વી બનાવશે. (૭) સરસમાં તેલમાં હરતાત ૧ ભાગ અને બાવચી છુટી ૪ ભાગ મેળવી છુટી મધમરૂપે લગાડવાથી ઠાંભા ધાખા ડાઘાશથી થોડા જ સમયમાં ચાલ્ય જશે. (૮) પીગળાવેલા ગાળ સાથે સરસુ તેલ મેળવી રૂઝ ૨૦ દીન સવારે ચડાવવાથી દમના મરીજથી પટકાયેલો રોગી, મોટા બાવના રસના થોડા માફક દોડવા માંડશે. (૯) આખરાના ચરક સાથે સરસુ તેલ પીવાથી હાથીપત્ર મટશે છે. (૧૦) સરસુ તેલ જંજુનાશક છે. કૂમીકર છે. વાધુનાશક છે. રૂપ સુધારક છે. સરહી નોખનાર છે. સફળ સુખલ અમે સગવડ બરેલું છે. (૧૧) પિત્તના રોગીએ સરસમાં તેલનો ઉપયોગ કરવો નહી. (૧૨) મગફળીનું તેલ ચરીરે રસડવાથી અને ભોજનમાં ખાવાથી મુરદાળ માંધકાંગળાં બદો ખીકી ઉપસી બરાવદાર બનશે. મેથી, અલસી, સાણુચોખા, વિદારીકંઠ અને ક્રોડલીવર તેલ બાંધે ખીકાં તેલમાં ચરખી વધારવાનો ગુણ રહેલો છે. (૧૩) માલકાંઠળીનું તેલ ગરમ અને સમથું સંક્રિતને પુષ્ટિ આપી ચાદાસ્ત વધારનારું છે અને લકવો દુર કરનારું છે. (૧૪) કાપી ક્વાનું તેલ એકલું લગાડવાથી ચામડીના તમામ દરદો ઠંઠ, ઠાઠ સુધીના મટીને કંચન વરણી કાંતિ આવશે (૧૪)

અખરોટનાં તેવમાં કેસર, કપુર, મેળતી લગાડવાથી લકવાથી પટકાયેલા લુના લંગડા રોગીઓ આવતાં થયા છે. (૧૫) લીમડના તેલમાં ગંધક છે. કાન નાક ગળાના રોગો મટાડી મીઠી પાંસાખના ઢસમા ઇનસુલીન જેવો પલાવિક અને ટકાઉ ગુણુ ધાખવશે કેપસુલમાં પેક કરી પરદેશી પેડી મોંઘી કીંમતે વેચી રહી છે. (૧૬) તાંબ માખણના સેન્ડવીચ ખાવાથી એળાંતી સરદી મેનીનગ્ગાઈવીચ ચોકકસ મટે. (૧૭) બદામનું તેવ પૌષ્ટિક છે, પણ મોંઘું હોવાથી આગે પરવડે તેમ નથી. આરેતી તેલ તેટલું જ કામ આપશે. મગફળી ગરીબોની બગમ છે. મગફળીનું અથવા તલનું તેલ પીવા સગાડવામાં વાપરે. જરૂર ગુણુ બનાવશે, (૧૮) કાપરેલ પીવાથી વજન વધશે. પકવાનોમાં નાખી જો. માલીશમાં કાપરેલ વાપરવાથી તાવ, ખંદી, કાધા નાબુદ થશે. (૧૯) સંના કે લીંબુના રસ સાથે અલસીનું તેલ પીવાથી કાઠ્લીવર ઓઘાનું કામ આપશે માલીશ કરાવવાથી સંધીવા મટશે. ઝીંક ઓક્સાઇડ (કપાઇ સફ્ટે) સાથે મેલવી લગાડવાથી દાઝેવાના મલમનું કામ આપશે, ખરજવાં મટાડશે, બકારત મસા ફેંકવાર રીનમાંજ ખેરવી નાંખશે. તમારો અનુભવ લખી મોકલો. ખરજવા ઉપર ચુંદરનું પાણી લગાડો.

## નાગકેસર

(૧) પરસેવાથી તરબેળ થતાં શરીરે પર આ જુકી ધસવાથી અને કલાક પછી સ્નાન કરવાથી જાંદુઈ અસર જણાશે. એની તાસીર હંડી છે. એવચી સાકર સાથે આ જુકી મોઢામાં રાખી ચુસવાથી ખોખરો અવાજ સુલંદી પડશે. (૨) કાઠખી ધાતુનો રોગ પછી તે મરદનો હોય કે મહીલાઓની પ્રદર બીમારી હોય, સાકર માખણ સાથે આ જુકીનો સોપારી નેટલો ગોલો વાળી મળે બિનારી દો. (૩) દસ્તાન છુટી ગયા હોય, કસુવાવળો બય લકાવી રહ્યો હોય, ખુલ્લા નળમાંથી છુટેલાં પાણી માફક એાહી દોખું હોય, લોહીવાનું દરદ હોય, ગર્ભાં છાતી દર્દ પીસામ કે ઝાડાનો

રગ્ને લોહીની ધાર વહેતી હોય તો આ ભુક્રીનો ઉપયોગ માખણ ખાંડ સાથે  
 કરી ચમત્કાર જોવ. ચોખ્ખાણ આળ્યા પછી સાત સવારે સુપ્ત તરફ મોઢું  
 રાખી, આમદાદે માખણ સાકર સાથે આ પમરતી ભૂક્રી પાવલીઆર ચાટવાથી  
 ચંદ્રમા જોવો રૂપાળો બાળો અવતરશે. એવી સાબેતી છે. પીસામ માથે  
 લોહી જતું હોય તો ચીનીકખાખા સાથે આ ભુક્રી મેગવી ઉકાળી તેનો  
 કવચ ઠંડો પડે ત્યારે એવચી સાકર નાંખી પીજો. પેટમાં વિટ આવતી  
 હોય, કરવટ વડે કપાતું હોય તેની વેદના થતી હોય, શ્લેષ્મીન જોવો ચીકળો  
 આમ-રસ જતો હોય, મરડાનો મરજ લાગુ પડ્યો હોય, સંઘ્રકણીનો ત્રાસ  
 આગુ થયો હોય, તો ઘસમાં બીંજવી આ ભુક્રી લેવા મીઠા. માથાનો  
 દુઃખાવો, પાણી સાથે ભુક્રી ઠાકવાથી હલકો પડે. સરસનો દરદ દરસનો  
 આધી કે બગદરના ત્રીગ જોનજોનામાં સાંત કરે છે (૪) કીર, ખરજ્યાં,  
 કાંઠ તથા ચામડીના દરદોમાં પ્રમાણિક છે હાલની બગડેલી ક્રિયા તે  
 નિયમિત બનાવે છે. ઉપરાંત પિત્ત ઉતરી કર વાયુ અને જગવચાથી નીકળતી  
 દુરગંધીનો નાશ કરે છે. એર નિવારણમાં પણ આ ભુક્રી કામચાલ જણાવ  
 છે. ઉત્તરી ઉમકા-આગરીનું રામખાણુ ઓપધ છે. હાથેપગે દાહ બળે,  
 દાડમાં માંસ સળગતાં હોય તેવા કેસમાં, આ દવા અજળ ગુણુ બતાવશે.  
 મગજને લોહી ચંદ્રુ હોય માથાની પીઠા સતાવતી હોય તો પણ આ દવા  
 ખપ લાગશે. વગી આખના દરદોમાં અને ગરમ મગજને લીધે પરિણામેલી  
 અખપમાં પ્રમાણિક ગુણુ દાખવશે. અવાજની છુંતંદી વધારશે, દંત પીપ,  
 મંજન માંદક દાંતે ધસવાથી મટશે પીસામ પ્રદર, પ્રમેહ ધાતુરોગ પ્યાસ  
 અને ખડી રોગોમાં પંજુ ફાયદો થશે. ટાઇફોઇડના કેસમાં આ ભુક્રી  
 દીનમાં બે વખત આપી ખેરાક બધ રાખો. ચોક્કસ ફાયદો થશે.  
 નાગકેસરનો ઉપયોગ ખડી ખાંડી ધાતુરોગ નજળાણમાં અચૂક ગુણુદારી  
 જણાયો છે. કેનસરની સખત વેદનામાં આ ભુક્રી અમૃત-મુલ્ય તાસીર  
 બતાવશે.

## શાંતિ કેમ મેળવશો ?

શાંતિ ફરક છવેની, સ્વાસ્થ્યવિક સ્થિતી છે. દરેક હેતુમાં તે વસેલી છે. પણ સ્વાસ્થી સ્થિતિમાં, કમ કોષ, લોહ મોહીનીના માર્ગે ચઢી પક્ષવારમાં આપણે ગ્રામીણ બેઠેલા છીએ. બધા જ શાંતી માર્ગે છે પણ તે માટે ત્યાગ બોધ કે કાંઈકત આપવાની તાકાત ફક્ત પરોપકારી પુરુષ તથા સંતોમાં જ મળી આવે છે. (૨) શાંતિથી સાત ધાતુઓનો વિકાસ થાય એમ ચરક ભગવાન જણાવે છે. શાંતિ મનુષ્યોના પાચક રસો તંદુરસ્ત છે. ચેતન દોષવાળા માર્ગે પ્રુસ્થા રહે છે. મધાકામ પૂરેપૂરા નીચે ઉતરી દેહસનિ પુરુષ કુલાવે છે. જેમી હવામાંથી નોખતા પ્રાણુવાયુ તે ચીંચી શકે છે. શાંતિ માણસો પાસે બીજા માણસો પેતાની આપવીતી મુખ-દુઃખની કહાણી દાલવી પેતાનું હૈયું જરૂર હલકું કરે છે. આ ચાવી ખાનમાં રાખો; આખા બદનમાં કોઈપણ જગ્યાએ પ્રાણુનો કેમીની અવરોધ ન થયતા હોય તો ચોક્કસ શાંતી જ મળે. અશાંતી કરનાર વાયુ છે. વાયુની ગતી જે શરીરમાં સવળી માલતી હોય તેને અશાંતી નહીં હોય. સારા નરસા અનુભવેલા સારનો નિર્ણય, શાંતી બીજા અને કરી શકતું નથી, આરોગ્ય મંદીરના પ્રથમ પત્રમાં શાંતી મુકાયેલી છે. શાંતી મનજનો શુભ નથી પણ હૃદયનો શુભ છે. માર્ગમાં કદ પિત કે વાયુ કારણ બેસે ત્યારે પ્રાણુની હેરફેર સારી રીતે થઈ શકતી નથી. (૩) આયુર્વેદના રસાયણ પ્રયોગમાં શાંતિ આપવાનો પ્રયત્ન રહેતો છે. સવારે જળનો મીઠો રસ પીવાથી કે રાત્રે હરદે કાકાવાથી શાંતી જ મળે. ધાતુઓ સરખી હોય તો માણસને જરૂર શાંતિનો પ્રયત્ન થાય. પ્રાણુ અત્રે મન ઉપર દેખરેખ રાખવાથી પણ દેહલાકને શાંતી મળી રહે છે તો વળી બીજાને આરબ્ધ નડે છે. ગીતાજ્ઞનાં વચન છે કે ત્યાગથી શાંતિ મહેલી મળે. પણ ભલ્લજ્ઞાન વીના ત્યાગ આવતો નથી. એટલે જ્ઞાન વીના શાંતિ સંભવતી નથી. મુખ સંપત્તિ શક્તિ એ સમગ્ર શાંતીના જ વિવિધ પરિણામો છે. પ્રવત્ન માટે જ શાંતિ લખાયાં છે.

અંકુશ પારખ્યા જળવાન હોય તો શાસ્ત્રોની જરૂર ક્યાં રહી? શાસ્ત્રો વાંચી અમલ કરે તો શરીર સ્વાસ્થ્ય સાથે શાંતી જરૂર મળ્યા જ કરશે, ઉશ્કેરાયેલા મન વડે તમને હિંમત નહીં આવે. ખુશ્કી સ્વાગત હોવા રહી શકે એવો, મનને સ્થિર અને શુદ્ધ કરો, પછી હિંમત પડવાથી, આગલા દીવસની બાંધતો. પર કાળો પરદો પડશે. અને ખીજી સવારે ઉડતાં નવી આશા, પ્રેરણા અને હિંમત સાથે તમે જાણે નવો જ જન્મ લેશો, નવીજ શાંતીનો અનુભવ કરશો. સરણાગતીનો નિયમ સીધારી જે થાય તે થવા દો. તેમ કરવાથી શાંતી વધશે. એજ સર્વોપરી ભક્તિ છે.

## હાઇડ્રોસીસ ઉપાયો?

હૃદયી અઝીઝુદીન દીદહી-લીલી હળદરના રસમાં આમલા ભેંધર જેર રેવંચી શીરો અને નાહીકંદનો ધસારો લગાડવાથી ૧૪ દીનમાંજ વધરવધ મટે છે. નાહીકંદનો ધસારો સંભાળપૂર્વક પીવાડો તો ઉલટી ઓડો થઇ વહેલો ફરક પડશે. વરીયાળા ખુરાસો મુળાના ખીજ મકાઈ આવળકુલ અને જેર પાણીમાં લગાડવાથી પણ હાઇડ્રોસીસમાં ૧ કાપડો નેપિયો છે...કંડુ, જાંબુજાળા ખીલા, મામેજવો, અને ખસખસ પોસની જાળાઓ બબ્બે લેવાથી કયાળીટીસ મટશે છે.

## એપસમની અલ્પહિંક તાસીર

ગાહિ રમેટીકમ હાથીપગ પ્રસર અને પીસાખના રાગની દવા શુરદા ટુકડા અને પયરીના રાગીને એપસમ સોલ્ટનો ઉપયોગ કાપકાધક જણાશે. ગરમ પાણીમાં અરધી ચમચી એપસમ દર ત્રણ ઠંડાકે અને સવારે પીવાથી, ગાહિટ, રમેટીક, યુરીક એસીડમાં ઝડપી આરામ થશે. સોદા સલ્ફ સાથે એપસમ સરખાં ભેલવવાથી કુશન સોલ્ટ જેવું કામ આપશે. મળ મૂત્રનો માર્ગ ખોલી નાખશે. સુખ સંગવડની

છુટછાટથી કામમાં હાથીઓની સંખ્યા વધી પડી છે. તેઓ હરણ જેવા પાતલા થવા માગે છે—પણ પાતલા થવા માટે શરીર રમડવા, અને કમર કઢવા, મુશીમત ઊભાવવા તેઓ તૈયાર નથી. તેઓ એવી ગાંધી મંત્રિ છે કે જલદીથી મણુ બે—મણુ ધડી જવાય. એવી બાકુષ ગાંધી હજી શોધાઈ નથી. પણ એપસમ સોલ્ટ આ કામ માટે તેઓને ખુબ ઉપયોગી જણાશે. રાજ સવારે ગરમ પાણીમાં એપસમ સોલ્ટ પીવા આપો. આખું પેકેટ સામટું લેવા કરતાં, અરધું અરધું પેકેટ બે વખત, એક કલાકને ખાએ, અડેક ટમ્બલર પાણીમાં લેવાથી વધુ ગુણુ બતાવશે. બપોરે રાતે તરકારી રાંટલી સાથે તેલ લસન ભારોભાર ખાવા કહો. નાસ્તો બંધ રાખો. પાણીને બદલે લીંબુના રસમાં સોદા બાઈકાળ. એક ચમચી પીવા ફરમાવો અને બે મુઠા એપસમ નાખો (બાય સોલ્ટ છુટુ ૬ આને રતલ મધે છે.) આરસી સામે ઊભા રહીને દોડવા કહો, તે નહીં અને તો અપથી ચાલવાની જરૂર છે. થોડાજ દીવસમાં વજન ઘટશે. નગોડના ઉકળામાં રાજ સવારે એરંડુ પીવાથી કુખાવો ધડી દસ્તાન સાદ આવશે.

એપસમના ઠંડા પાણીથી ગુમડાં અને પાથાં બેસી ગયા છે. ગરમ પાણીમાં એપસમ નાખી સેક લેવાથી છીંદો વાટે દરેક ખરાબી બહાર કાઢશે. સાપાટીકા, લમબેગો અને આરથરાઇડીસમાં ચોક્કસ ગુણુ બતાવશે. ચેતનની ચીનગારી મંદ પડી હોય, જીવને ગમતું નહીં હોય, કાચબા અજગર માફક ગોદાં પર ચૂપ પડી રહ્યા હો, ખાવાની રૂચી નહીં હોય અને પીવાની પ્યારા નહીં હોય, તાવથી શરીર ધમધમી રહ્યું હોય, તો ફક્ત ગરમ પાણીમાં એપસમ નાખી તે પાણી વડે સ્પંજ અથવા સ્નાન લેવા માડો. ગલીચીનો સમૂળગો નાસ થઈ, આરોગ્યનો પ્રકાશ તમારાં બદનમાં અડકી ઉઠશે. એપસમ પાણીનાં ઠંડાં પોતાં મુકવાયે થોડા જ દિવસમાં અંખ કપાઈ જશે. જરમનીમાં આ પ્રયોગ ખુબ વપરાય છે. હાથીપગના કાતીલ કેસોમાં, એપસમ પાણીનું જલ્દલ લોચન બનાવી, તેમાં

લીંબવેના ઠંડા નેપકીન મુકે. એપસમનું જ ગરમ પાણી સવારે પીવાડો. રોટલી તકરારીનું ભોજન જમાડી, પાણીને બદલે કેષ્ટ ફૂળનો રસ પીના જણાવો. અહીં પણ લીંબુના રસમાં સોદા બાઈકાર્બની મેલવણી અકસીર જણાશે. માંસ, કોળ વેંજણા અને ગરમ ચીજોથી પરજ રાખો, જરૂર કસેદ મલશે. અને હાલ થઈ આવતો તાવ સાથે દેખાવ આપતા અગ્નિ રસના સોળમાં આ અત્યંત રામબાણ ઉપાયો છે. મુલતોની માટી અથવા હિંબરાની છામ ધસી રાતે લુગાડવાથી કુલેલી નસો ખેંચીજ નશે. એપસમનું ઠંડું પાણી લગાડવાથી પરસેવો ઓછો થશે. ચીકાશ નાણુદ થશે થાકેલા અહેરામાં તાઝગી દેખાશે. એપસમ પાણીનો ગરમ સેક, આંતરુપર તુરત અસર બતાવી રાહત પહોંચાડશે. એપસમના ગરમ પાણીમાં સુરોખાર અરધી ચમચી મેથવી પીવાથી એક કલાકમાં જ પીસાળ છૂટી સોજે, બગાડો, પથરી, અને પ્રોસ્ટેટની તકલીફ દુર થશે. એપસમને જોમાળ, લોહી દમાણના રોગીને આશીર્વાદ સમાન છે. રાઈના પાણીમાં પણ સેકવાથી, ખાંડ-લીંબુ સરખત પીવાથી અને બાજી રોટલી લસન જમવાથી અથુકનો કાયદો થશે.

## એસોપથીક દવાની ઓળખ :

એસ્ટીક એસીડ—લાલ દરાજ તથા કોશીયા પર લગાડો. નાણુદ થશે. પાણી સાથે મેળવી યરીરે લગાડો. પરસેવો ઓછો થશે. (૨) એનઝોઇડ એસીડ—અરકુસી માંકે કદ પાડે, દમનો જોર દમાવે, દૂર મંધીનાચક, સરદી તોડનાર, પીસાળ લાવનાર, જંતુનાચક એનટીસેપ્ટીક તથા ધા રૂઝનાર છે. (૩) એસીડ બોરેસીક—વેલાહારક, દૂર મંધીનાચક, જંતુ મારનાર, જખમ રૂઝનાર છે. આખના તાળ ખીસો દૂર કરે. કાનની રસી બંધ કરે, કીકીપરનું જાણું તથા સફેદ યંત્ર દૂર કરે. પરમીયામાં એની પીચકારી અપાય છે. પ્રમાણ, પાણી બે ચમચામાં બોરીક પાંચ ઓખાપૂર. (૪)



**કારબોલીક એસીડ**—ગાલીસ જામ પાણી સાથે એક બામ દવા મેળવી વપરાય છે. ખુબ જલદ, બાળી નાખનાર, ધમ પાડનાર છે. ચાંદી માંડ બચકંટ નામુરમાં રાખવાય છે. રૂઝ લાવવા, વીસ તોલા વેસ્કીન અથવા મીઠાં તેલમાં એક તોમો કારબોલીક બેસાય છે. એ તેલના ટીપાં ટપકાવવાથી કાનની રસી બધ પડે. ઝેરી તાવો તથા ફાલેરામાં પાણી સાથે જ પીવા અપાય છે. નાગરવેલ પાનમાં, તુલસીના પાનમાં, કુદના રસમાં, કાચા કદામાં, લસનની કળાઓ ઔષુતરમાં, કારબોલીકની જલ્દનાચક નાસીડ છે. (૫) ગાલીક એસીડ—ખડીનો પરસેવો બધ કરવામાં એકદો છે. લગાડવા તથા પીવા અપાય છે. અરીણ સાથે ગાલીક લગાડવાથી હરસમાં આરામ થાય. સરીરમાં રહેલાં પાણી તથા આમને ચુસી લઇ, પ્રદર, પીસાખર્તુ લોહી, કંઠમાં લોહી, મરડો અતિસાર, હરસ, સુકવી નાંખે છે. હરદે, માયા રૂઝકી, કાચો સુકી આલેમાં ગાલીક એસીડના તાવો છે. માયા-ગોળની ગાલી અંદર મુકવાથી મહીલાની પીસાખની જગા સંક્રામ્ય છે. (૬) ટાનીક એસીડ—રૂઝ લાવવામાં ઉત્તાદ છે. ટાનીકની કુકી સુધવાથી નાકતુ લોહી બધ પડે. ક્ષયરોગમાં ૧૫ ગ્રેન અપાય છે. કોપરેલ મધ કે ગલીસરીનમાં મેળવી કાન તથા ગળાના રોગોમાં વપરાય છે. કોષ વખતે એમાં અરીણનો અરક મેળવાય છે. શુળ કાનની રસી મલાનો સોળે દુર કરે છે. ખડીરોગમાં બીરમથ સાથે અપાય છે. તેનાથી ઝડો પરસેવો કંઈ તથા લોહી પડતાં બધ થાય છે. (૭) હાઇડ્રોક્લોરિક એસીડ—અપચેત અજરણમાં અપાય છે. ડીપથેરીયા ટેનસીલ તથા ગળાના દરલેમાં કોગલક કરવા પાણી સાથે અપાય છે. તાસીર કંઠી અને ધાતુપૌષ્ટિક મનાય છે. તાવમાં પાસ ધણી લાગે ત્યારે અપાય છે. (૮) નાઇટ્રીક એસીડ—અંટણનો નાશ કરે, હરસને મુરદળ બનાવી ખેરવી નાખે, આમડીપર પીલો ઝાલ પાડે, સાંપના કંખેપર લગાડવામાં આવે, પાણી સાથે ચાંદી પર લોશન રૂપે લગાડાય, પચરી પાંગલાવવા પાણી સથે નાઇટ્રીક મેલવી મુખાશયમાં ખીચકારી અપાય, તાવમાં કંક આપે, અપનામાં ગુણુકારી, લોહી, તથા

પિત શુદ્ધ કરે, બગંદર તથા નાસર ઉપર કામની સગી વડે લગાડી તે બાગ પાણીથી ઘેાઘ નાખે, ગરમ દેહવાલાને મરકયુરીને બદલે ટોનીક તરીકે અપાય છે. (૯) સલફ્યુરીક એસીડ—અપચોદુર કરે, કલેમ જુના રેગો સુધારે પ્રદર રક્તપ્રદર અતિસાર પરસેવો તથા ખડીરાખમાં અપાય. (૧૦) કાઇસોફેનીક એસીડ—રેવંચી (રૂખાળ) માંથી બને છે. દરાજ મળકરજુના મલમમાં વપરાય, ગાવા પાછડરમાં વપરાય, કુંવાડીયાના બીમાં તેવો જૂંઝુલુ છે. (૧૧) હાઇડ્રોએમીક એસીડ—માત્રા ૧૫ ટીપાં છે. કાનપર યથેક્ષી કવિનાઇનની અસર દુર કરે. છાતીના ધનકારા, તૃણ જુની ઉંધરસમાં રાખાય છે. વાઈ-રીકસ-હીરરીયા તથા નાડી તંત્ર ઉપર સારી અસર કરે છે. (૧૨) એસીડ ફ્રાસફોરીક—માત્રા ૧૦ થી ૩૦ ટીપાં છે. કંઠમાળ કાઢકાંની ગઠિ તાવ તથા અપાખીડીસમાં એક આઉંસ પાણીમાં દસ ટીપાં પીવા અપાય છે. (૧૩) એસીડ સાઈટ્રીક—માત્રા ૧૦ ગ્રેન છે. તાસીર કંઠી છે. તાવ તથા આમડીના બળતરા શાંત પાડે છે. (૧૪) એસીડ સકલેરોટીક—લોહીની નાની નળાઓ અને ગર્ભસ્થાનનો સંકેત્ય કરી ગર્ભને બહાર કાઢવામાં એકેકો (ડા. જમનાદાસ નાણાવટી) લાખો વખત અપવાથી આમડી કાઢી અને જાડી થાય. બરળ મટાડવા જેઠીમધના શીરા સાથે અપાય છે. (૧૫) એસીડ ટાર્ટેરીક—બાઇકાર્બોનેટ સોદા સાથે મેળવવાથી સોદા માફક ઉભરો આવે છે. ક્ષીવર સોદામાં વપરાયો છે. વાયુ દુર કરી ઝાડો સાફ લાવે છે. (૧૬) કોમીક એસીડ—ચાર બાગ પાણી સાથે મેળવી સોયનરૂપે વપરાય તે ખરાબ ગઠિ બાળા નાખે આઘીસ બાગ પાણી મેળવી પીચકારી મારવાથી ચાંદી તથા મોદાના બર્લા રૂખાય. (૧૭) એસીડ સેલીસીલીક—તાવ છતે પણ કિવનાઈન કરતાં અસર ઓછી છે. પોટાશ બ્રોમાઇડ સાથે અપવાથી જૂના સંધિવાની વેદના દુર કરે છે. વેસ્લીનમાં મેળવી લગાડવાથી પગના ચીરા તથા તક્ષીયાનો પરસેવો દુર થયે. આંટણુ પર કાપદો આવે છે. (૧૮) એસીડસલ્ફ્યુરસ—લીસરીન કે કોપરેસમાં લગાડવાથી બેરબર્લા કરોળાયા

ઉંદરીમાં ફાયદો આપે. એની વરાળ લેવાથી મોઢાના જાડા તથા ડીપથેરીયા દુર થાય. હાઈપોસલફેટ સોર્ફમાં વપરાય છે. તે જીભ પર સહેદ દહી જેવી જીવાંતવાડી ચાંદી દુર કરે છે. (૧૯) એકેનાઈટ—એરી છે. અકકવકરા માફક ઓઠ અને જીભમાં ચચરાટ કરે છે. મોટી માત્રામાં શ્વાસને બંધ છે. સંધીવા તાવ વેદના ઉપર રામબાણુ છે. કમરના દરદ ઉપર વિષગળ તેલ વપરાય છે. એજ તેલ આંગળી વડે ધસવાથી દાંતનો સોજો દુર થશે. (૨૦) ઇથર—આંડડી દમ ચળ હીસ્ટીરીયા હંરદ્ય રોગ દુર કરે છે. ચરખીવાલો મોરોઠ પચાવવા મદદ કરે છે. ચામડીમાં ઠંડક લાવે, હરનીયા ચઠાવવામાં કામ લાગે, સુંધવાથી બેહોસી આવે. અમેરીકામાં કલોરોફોર્મની જગ્યાએ વપરાય છે. (૨૧) એસોઝ—ખીયામ તથા હોલાવે ગોલીમાં એલીયો છે. એનાથી ધણી લાખો રૂપીઆ કમાયો છે. એનો ખાસ ગુણ પિત દુદ્ધ કરી વધારવાનો છે, અનાજ પચાવી પ્રુષ્ટી આપે, ગરમ તાસીરનો જોલાખ છે. મહીલાઓનો અટકાવ નિષમિત બનાવે. જોલાખ તરીકે રામબાણુ આંતરમાં મજબુત કરે. જીની કમજીઆતમાં નક્ષ વેખીકા, એક્સટ્રેક્ટ જેનેશીવન સાથે એલોખ અપાય છે. હરસવાલાને કે ગર્ભવંતીને આપવાની મનાઈ બતાવી છે છતાં જૈન વેદો લી સાથે એલીયો ખવાડી હરસ મટાડે છે. માતાની છાતીપર લગાડવાથી ધાવણુ બંધ કરે છે. દસ્તાન લાવવા અંગ્રેજ બનાવટ જે વપરાય છે, તેટલુંજ કામ કન્યા લોહાદિ ગુટી આપરી. તેમાં ગુલકંદ તજ હીરાકસી એલીયો છે. દેશી બનાવટ સસ્તી છતાં વસ્તુ વધુ ગુણવાળી જણાયે (૨૨) એલમ—ફટકડી ગુજરાતી નામ છે. એક ક્રામ આપવાથી ઉલટી જોલાખ લાવે. ડીપથેરીયા તથા ચેપી, હડખી ખાસીમાં ગુણુ બતાવે. પ્રદર, પરમીયો, ખીલ કાનની રસી, મલાની ચાંદીમાં ફટકડીના પાણીની પીચકારી અપાય છે. પંદર એવના પ્રમાણમાં ફટકડીની જીડી દુધ સાથે બે વખત આપવાથી પરમીયો તથા અપાખીટીસ પંદર દીનમાં મટે એવો એક તખીબનો દાવો છે. (૨૩) એમોર્નીયા—ગુજરાતી નામ નવસાર છે. ખટાસ દુર કરે, ઉલટી લાવે, ચામડી લાલ કરી ફોલો પાડે, ખાસ

શુભ કંઈ છુટો પાડવાનો છે. સંધીવા તમા અકડેલા સ્નાયુમાં ગરમાટો લાવી ગંઠા-  
 મલી નસો છુટી પાડે છે. કપુરના તેલ સાથે નવસાર માલીશ કરવાથી લકવો દુર થાય  
 પાનમાં એમોનીયા ખાવાથી અજીરણ એકાકર બંધ પડે છે, ચુના સાથે નવસાર  
 બેલી સુંઘાડવાથી બેહોશ આંખી શુદ્ધીમાં આવે. એજ પ્રયોગથી માથાના  
 દરદો દુર થાય. એની માત્રા એછીજ લેજો. મોટી માત્રામાં ઝેરી અસર  
 કરે છે. આંકડી હીસ્ટીરીયા તથા દારૂડીયાને અપાય છે. (૨૪) એમીલ  
 નાઇટ્રેટ—એ ટીપાં સુંઘાડવાથી ગભરામણ તથા હૃદયનું ઘાત દુર થાય છે.  
 આસ તથા વેદના ચાંત કરે છે. કાતેરામાં ઉપયોગી છે. એના જેટલી જ  
 અસર અરીઠા મગજ અથવા અરીઠાનું શીથ નાકમાં ટપકાવવાથી થશે.  
 (૨૫) એનટીપાઇરીન—માત્રા ૪ થી ૮ ગ્રેન છે. સાવચેતી જો નહીં રખાય  
 તો શરીર ઠંડું પાડી ગોત લાવે છે. આંધાશીથી, માથાના દરદો તથા  
 તાવ હિતાર છે. (૨૬) એન્ટી ફેક્ષીન—તાવનાશક એન્ટીસેપ્ટીક છે. પાંચથી  
 દશ ગ્રેન ગરમી ઓછી કરે. સંધીવા દાહસ (૨૧ દીવસી તાવ) તમા  
 વિષકેટકમાં સારી અસર કરે છે. ઇનફ્લુએન્ઝા, ત્રણ દીનમાં દૂર કરે.  
 નફા વોમીકા તથા પોટાશ ઓમાલ્ડ સાથે અપાય છે. (૨૭) ટાર્ટરેટ  
 એનટીમની—મોટી માત્રામાં પરસેવો લાવે. કંઈ બહાર કાઢે, પિત શુદ્ધ  
 કરે, પ્રમાણ: એક ગ્રેન છટો ભાગ છે. વધુ માત્રામાં હિલ્લી ઝાડો લાવી  
 શરીર ઠંડું પાડે, લગાડવાથી આમડી બળે, ફાંસો ઉઠે, ઝેરી અસર કરે.  
 બલગમ કાઢવા રામબાણુ છે. હાડગંબીર તથા લગંદરમાં મલમ, અને માથા  
 તથા પેટના રોગમાં એનુ લોશન વપરાય...આર ભાગ મીથુ અથવા વેસ્લીન  
 સાથે એક ભાગ દવા ગેલવેલ. (૨૮) આરજન નાઇટ્રસ—સોજા જખ્મોને  
 કાયદો આપે, એક આઘસ પાણીમાં એક ગ્રેન દવા મેલવી ટપકાવવાથી  
 આખના ખીસો, જુની ચાંદીઓ, કુલ્હાં, વહેનો કાન, પ્રમેહ મસા ખરજવાં  
 દરાજ હાડકાં પાદમાં કાયદો કરે છે. અતિસાર કે મરગમાં વપરાય છે.  
 સુરોખાર ડબલ સજને એ દવા સાથે ગેળવી સહી જનાવી આંતે તો  
 છારી દુર થશે. (૨૯) આરસેનીક—માત્રા ગ્રેનનો ચોવીસમો ભાગ છે.

ગાઠાપર લગાડો. એકાંતરીયા તાવમાં રામચાણુ છે. જ્ઞાનતંતુના દરદોપર અકશીર છે. શીશૂં વાઘ કમરપિંડ સંધીવા બ્હીક મટાડી મગજુતી આપે છે. (૨૦) રાનોવાન સોદ્યુસન—સોમત પારો તથા આયોડીયનની મેલવણી છે. માત્રા ૧૦ થી ૩૦ ટીપાં છે. સંધીવા નાસુર ભગંર ચાંદી બગવતી ગાઠો તથા આમડીના દરદોમાં ઉત્તાદ છે. (૩૧) ફેરી આરસેનીઅ—માત્રા અરધી ગ્રેન છે. શીશૂં શીકાય લકવો ધાતુરોમમાં ગુણુકરિ છે. (૩૨) એટ્રાપીન—કાકી મોટી કરવા વપરાય છે. આ ટીપાં વાપરવાથી આછરીસ, લેનસથી દુર રહે છે. અને રોગ વધતો અટકે. ગ્લોકોમાનું પાણી સુકવે છે. હાથ પરમેટ્રોમીયામાં વપરાય છે. માત્રા એક ગ્રેનનો સોમો ભાગ (૩૩) એસાઈટીઝ ગુજરાતી નામ હીંગ છે. આંકડી હીરદીયા દમ હડખી ખાંસી આફરી બાદીમાં ગુણુકારી ખાવાની માત્રા ૫ થી ૨૦ ગ્રેન, દસ તોલા પાણીમાં ૩૦ ગ્રેન હીંગ મેલવી પીચકારી મારો. (૩૪) આમન્ડસ—ગુજરાતી નામ બદામ છે. ડાયાબીટીસવાલાને મીઠી બદામની રાંટલી અપાય છે. આમન્ડ એકલ કાનને સાફ કરી સાલિગતા કરે. એનું તેલ જાતીના તમામ દરદોમાં ગુણુકારી છે. હડખી જાતમાં પશ્ચીક એશીક હોવાથી એરી છે. (૩૫) એનીથી—ડીલવેટર ક્રિટલે સુવાનું પાણી દુધ પચાવે, ઉત્તરી અટકાવે કમજબાત તોડે, બાદી દુર કરે. ઘેરમાં રાખો, (૩૫) સેલ વોલેટાઈલ—પાચનની મહા દવા છે. ઠંડી પડેલી નાડીને વેગ આપે છે, તાવ બલગમ હીરદીરીયા આંકડીનું જોર તોડી નાંખે. (૩૬) લેક્ટીક એસીડ—ખાંચ ભાગ પાણી સાથે મેલવી ટોનસીસ ડીપથેરીયામાં લગાડવાથી સફેદ પ્રક છુટુ પડે છે. અપચો મુત્રારાય તથા ડાયાબીટીસ રોગમાં વપરાય છે. (૩૭) એમોનીયા ફ્રાક્ક્ટ—ગાઉટ પથરી પીસાખના દરદોમાં ખાંચગ્રેન પાણી સાથે મેળવી પીવા અપાય છે. (૩૮) આરનીકા—એનો અરક લગાડવાથી મોચ ચોટ સંધીવા માયાના દરદમાં ફાગદો કરે. હોખ્યોપાય તખીજો પીવાડી કાયદો કરે છે. (૩૯) આરમોરેશીયા—અંગ્રેજી નામ હોસરેડીસ...રાખના જેવો જ ગુણુ છે. રપીરીટનું પ્રમાણ ૧ થી બે ડ્રામ. જલદરમાં પીસાજ લાવે. સોજ સંધિવામાં પરસેવો લાવે,

(૪૦) બેઝુલ-ગરડા અતિસારમાં રામખાલુ લોહી સુધારે એકે આઉંસ પાણીમાં ૧૦ ટીપાં લીકવીઝ એક્સ્ટ્રેક્ટ મેલવી ત્રણ વખત આપો. (૪૧) બેરીયમ નાઇટ્રેટ—આરનેનટીન નાઇટ્રાસ જેવા ગુણો લકવો—હીસ્ટીરીયામાં વપરાય (૪૨) ખારલી—૩૦ આઉંસ પાણીમાં એક આઉંસ જવ નાખી અરધું ખાળી, એકેક આઉંસ પીવાડો. એનાથી કાલેરાની ખાસ, તાવની ગરમી, પીસાબની આગ દુર થઇ શકિત આવે છે. (૪૩) બેલાડોના—પોસ દોઢા એક પાઇન્ટ પાણીમાં ઉકાળી તેમાં એક કુમ દવા નાખી સેક કરવાથી કુખાવો સોળે દુર થાય છે. લયંકર પાઇપર પદી મરવાથી પાઇનું અટકાવે ખડી રોગનો પરસેવો બંધ કરે, લકવામાં તથા ઉંધમાં થઇ જતી પીસાબમાં કાયદો કરે, હાથિયુ હાખી ખાંસી શીફર ગલાના દરદોમાં મુશ્ય કરે, (૪૪) બેરાફા —ટંકનખાર ગુજરાતી નામ છે. જામરયાન સંક્રામે, દસ્તાન વધારે, અરગટ સાથે આપવાથી ઓર બહાર કાઢે, બાઈ લાગ મધ સાથે એક લાગ બેરાફા મેલવી લગાડવાથી જીભ તથા ગળાના રોગો દુર થાય, પીસાબની જગામાં પીચકારી આપવાથી મહીલાની અંદરની આગ તથા ખજવાળ શાંત થાય, એક આઉંસ પાણીમાં ૧૦ થી ૪૦ ગ્રેન, રોજ ત્રણ વખત પીવા આપો. (૪૫) સોદા બાઇકાર્બોનેટ—પીસાબ વધારે, અપચો તથા પેટની ખડાસ દુર કરે, પિત શુદ્ધ કરે, વાયુ હાંકે, સોદાનું ગરમ પાણી કાનમાં નાખવાથી મેલ એગલી જશે. (૪૬) બીસ્મથ સુબનાઇટ્રેટ—જમ્યા પછી થતી પેટની પિડા ચૂકુંદુર કરે છે. ખડીરોગ હીસ્ટીરીયા તથા અતિસારમાં કાયદો કરે. બંગ લશ્મ વધુ ગુણકારી છે. ચામડીના દરદોમાં તથા કાયાખીટીસના શુભક્ષમાં બીસ્મથ લગાડો...પાણી સાથે ૧૦ ગ્રેન પીવાથી પ્રદર મટે. (૪૭) પોટાશ ટ્રીમાઇડ—પોટાશ આવેલાઇડ કરતાં સારી અસર કરે. બરળ તથા બીજી ગાંઠો પીગલાવે છે. એક આઉંસ પાણીમાં ૧૫ ગ્રેન પીવા ત્રણ વખત આપો. શ્વાસ હીસ્ટીરીયા આંકડી વેદનામાં રામખાલુ છે. કાયાખીટીસ તથા રક્તપ્રદર્યા વપરાય છે. (૪૮) હાઇપોફોસ્ફોરસ ડાઇડ ઓફ લાઇફ—ધાતુપોષ્ટિક, લોહી સમૃદ્ધ કરનાર ગરમી આપનાર શ્વાસ ખાંસી કાય

રોમમાં રામબાણુ છે, પ્રમાણ ૧૦ ઐન મધ સાથે આપો મીમેન્ટ સીરપમન્ટ વપરાયો છે. (૪૯) કેલોમલ—એક ઐનની માત્રામાં સાકર સાથે તથુ ક્ષાકે અપાય છે. ઇપીકા તથા પોડેકામ્લીન સાથે આપવાથી વધુ સારી અસર કરે છે. કોલેરામાં આ મેલવણી કાયદો કરે છે. ૨૧ દીવસના તાવની ગતી તોડી નાંખે છે. કરમ રોગીને સેન્ટોનીન સાથે અપાય છે. શુભગપર છાંતવામાં વપરાય છે. ડોલાપર છારી પડી હોય તો આંખમાં કેલોમલ દુધે ૧૦ ઐન સોદા સાથે અરધો ઐન કેલોમલ આપવાથી લોહી સાફ થાય છે. (૫૦) કેમફર—સ્પીરીટ કેમફર ૧૦ દીપા એક આઉંસ પાણીમાં અપાય છે. મુઠા કપૂર પાણી સાથે ૧ થી ૧૦ ઐન આપવાથી કોલેરા તથા હાડકાનો તાવ છાંત પડે છે. હડખી ખાંસી હીરદીરીયા આંધીમાં કાયદો કરે. મુંઝવાથી સરદી તુટે છે. સંધીવાના તેલમાં કપૂર મેલવવાથી ઝખી કાયદો કરે. (૫૧) કાનાબીસ—ગાંબે પથુ કહે છે. હીરદીરીયા આંધી અનિદામાં રામબાણુ છે. એક આઉંસ પાણીમાં ૧૫ દીપા અરક અપાય છે. બે દીપા પેપરમીટ અરક મેળવવાથી વધુ શુણ્કારી થશે. ઉંઘ લાવવા, કોલેરા, છાતીની ગળરામણુ દુર કરવા, હડખી ખાંસી મટાડવા હલ્કવાની શક્તિ કરવા વપરાય છે. નિસો ચઢાવે, જીવ આનંદી બનાવે, છતાં અશ્રીય માફક ઝાડો રોકતી નથી, જીખ ખરતી નથી. (૫૨) કાનથેરાપ્રુડીસ—પીસાબ લાવે, લગાડવાથી ફેલ્સો ઉઠાડે. એક આઉંસ પાણીમાં ૧૦ દીપા લટવામાં અપાય છે. છાતીના તથા ખભાના પાહલા ભાગના દરદમાં લગાડ્ય છે. જોખમી દવા છે. સાવચેતી રાખો. (૫૩) કેપસીકમ—મરચાણું નામ છે. કોલેરા, કેફ, ઉલટી. અપચો, ગેસ, મંદાગ્નિમાં વપરાય છે. એક આઉંસ પાણીમાં ૧૦ દીપા પ્રમાણુ છે. ગળાના દરદમાં એના કાગલા કરે. ઉતેજક છે. મંદ્રીયો વધકાવે છે. (૫૪) ચારકોલ—કોલસાની જુકી.. ખટાશ તથા એરી જંતુઓ દુર કરે. એક હરામ દીનમાં તથુ

વખત અપાય છે. પેટના દરદો, ઝાઝાની દુરગંધી દુર કરે. પોટીસમાં વપરાય છે. તથા મંજનમાં ઉપયોગી છે. અશીષુ વળનાગ ઝેરકાયલાતું એન્ડી ઝેર હિતારવા અરથા આઉંસ જેટલું અપાય છે. જેસ હાંકનારીએ નટી—સેપટીક છે. (૫૫) કાસકારા સાગરેડા—ખીખ જોલાબો માફક સફરામંડ બળતો નથી. ખાવા પહેલાં એક દૂધ એનો પ્રવાહી લેવાથી જીની કબજાઆત ટુટે, હરસ મટે, નીચાં આંતરગને મતીમાન કરે. હરડે મુનમ તથા બદામના તેલમાં કાસકારાને મજતો થાય છે. (૫૬) કાસકેરીલા—પાચક, તાવનાશક, બળમ કાઢનાર, પૌષ્ટિક...સોનકોના કરતાં ઉતરતો...એક આઉંસ પાણીમાં એક દૂધ અરક આપવાથી લોહી વધે, શક્તિ વધે, દમ દુર કરે, અરકુસોના પાન જેવી બલગમ કાઢનારી અસર છે. (૫૭) કાસીયા લોનસીઆલોરા—સોનામખી પશુ કહે છે. બન્ને આંતરગપર અસર કરે છે. આમ તથા પાણી હાંકે છે. અર તેજા પાણીમાં આદુ તથા સોનામખી ઉકાળી તેમાં અરથો આઉંસ એપસમ સોલ્ડ નાખી પીવાડો પછી મોઢી પીચડી ને ધી ખવાડો તો તાવ ખાંસી અને અપચતો રાગ શરૂઆતમજ લાગી જશે. ૧૦ ગ્રેન સલ્ફર એક આઉંસ સોનામખી અને એક આઉંસ શુલકેન્ડ મેળવવાથી હરસનો અકશીર પાક બનશે. (૫૮) કાસીયા ફીસલુસા.—ગરમાળાતું નામ છે. સોનામખી જેવો જીવમી જોલાબ નથી. ગોળ જેવીજ અસર ગરમાળાની છે. કરીખાતા સાથે એનો ઉકાળો અપાય છે. હલકો જોલાબ છે. (૫૯) કેસ્ટર ઓઇલ—પેટના દરદો, જલદર, એવેન્ડીક્ષ. હરનીયા, મરડો, પ્રોસ્ટેટ કબજાઆત તથા અતિસારમાં દિવસ તેલ વપરાય છે. ગરમ દુધ, કાલી આહું, આદુ, કે સુકે સાથે વિવિધ અનુપાનથી અપાય છે. (૬૦) કાટેચુ—અથાતું નામ છે. એમાં 'ટેનીક' તરવો હોવાથી રસી ૫૩ પ્રવાહી જલદી ચુસી લેશે...પ્રદર લોહીવા અતિસારમાં એનો અરક ૩૦ ટીપા, પાણી સાથે અપાય છે. જલદુધ સાથે કાથાની ટેબલેટ બનાવવામાં આવે છે. સાકર સાથે ૨૦ ગ્રેન કાથાની જીરી આપવાથી ઝાડો



અંધ યશો મંગળ, દંતપીડા, જખમો તથા ગણના રોગમાં કેળવા ધરવા વપરાય છે. (૬૧) કેમોમીલ—સેવટીનું નામ છે. ઉલ્લી અપચો તાવ દુર કરે. અડી તોલા ઉઘળો ઠંડો પીવાથી તાવ ઉતરે. ઉલ્લી કરાવવા ૬ તોલા ઉઘળો પીવાડો. જોલાળ સાથે સેવટીનું તેલ અપાય છે. કારણ તે ખાદીનાશક છે. પાચન જાગૃત કરી પેટને કોવત આપે છે. હીસ્ટીયામાં કામદો કરે. (૬૨) ચીરેટા—કરીયાતાનો નામ છે. હોજરીને શક્તિ આપનાર ધાતુપેષ્ટિક લીવર ટોનીક છે. એનો ઉઘળો પીવાથી ધણી ખીમારીઓ દુર અથ શક્તિ આવે છે. એક આઉંસ ઉઘળામાં એક ગ્રેન પોટાશ આયોડાઇડ આપવાથી ગરમી આંદો જુમાં દુર થયાં છે. વોરબર્ગ ટીંકચરમાં વપરાય છે. (૬૩) કલોરોલ—નારંગીના સરખત સાથે ૧૫ ગ્રેન આપવાથી પ્રસુતી વેદના શાંત થઇ. (૬૪) કલોરોફોર્મ—બેશુદ્ધી લાવે, નિશ્ણ અકાવે, વેદના જીતે આસની ગતી ધીમી પાડે, તાવ નસાડે, ગરમી આપે, ચામડી લાલ બનાવે. આંકડી હીરટીરીયા કોલેરામાં રામખાણુ છે. ‘સ્પીરીટ’ના ડોઝ ૧૦ ટીપના અને પાણી સરખત સાથે કલોરોફોર્મ ૧ થી ૧૦ ટીપાં અપાય છે. કેનસરની પીડા તથા તાવમાં રામખાણુ છે. ખતવાસપર કપુરના તેલ સાથે લગાડાય છે. ફક્ત એની વરાળ (બાફ) આપવાથી આદમી બેશુદ્ધ થાય છે. લીંટના કપડામાં લપેટી સુંઘાડો. નળણા છાતીવાલને ધથર સુંઘાડવાનો રિવાજ છે. કલોરોફોર્મ આપવા અમાઉ દરદીને જુઓ રાખી, થોડો બાન્ડી આપવાની પ્રથા છે. (૬૫) એમેનીયમકલોરોઇડ—નવસારને મલ્તાજ શુષ્કો છે. કફ પિત્ત તથા પરસેવો વધારે. વેદના શાંત કરે. બળમય રોગમાં રામખાણુ છે. કવિનાઇનની જગ્યાએ અસલ વપુરાતું હતું સંધીવા રોગમાં જરમન અને રશીયન તખીઓ વાપરે છે. એક આઉંસ પાણીમાં ૧૦ ગ્રેન અપાય છે. વેદના ગાંઠો તથા સોજાપર એનું લોશન—લગાડવાથી બેસી જશે. દસ લાગ પાણી મેલવવાથી લોશન યશી. પાંડુરોગ કમલો તથા કસેજની ખાસ દવા છે. કડુ કે હલદ સાથે અથવા એક્લી દવા અપાય છે. (૬૭) સોદા મેદયુરાન

દલોરીનેટ—પાણીમાં ૧૦ ગ્રેન ખીરાથી ગરમાવે પેદા કરી એરી જીવંતો નાથ કરે છે. દસ આઉંસ પાણીમાં અરધો આઉંસ દવા મેળવી પોતાં મુકવાથી જનઘ્રીન (પાકાં તથા ચાંદી)માં ફાયદો કરે. અલસી ગરમ પાણી સાથે પોસ્ટીસ રૂપે વપનમ છે. એનો હરીદિ ધામારી છુટી છે. (૬૭)

સીનાકોના—પાંચ ગ્રેન પ્રમાણે છે. પર અટકાવનાર તાવ ઉતારનાર, વેદનાશામક, ધાતુપૌષ્ટિક ટોનીક છે. લીંબુના રસ સાથે એક ગ્રેન ભોજન અગાઉ આપવાથી પાચન સુધરે, પરસેવો અટકે, મેમેરીવા છૂતે, બરણ તથા કલેબરોગને મદદાન કરે. પોશ્ય ઔષ્ઠાક સાથે આપવાથી કાનના અરકા-અવાજ બંધ કરે. ગળાના રોગમાં 'સીનાકોના' ઉકાળી ફાગળા કરાવે. પોચા લોહી કરતા પાંચ હિપર એનું મંજન થસો... ઔષ્ઠાક તથા હાઇડ્રોઓમીક એસીક સાથે કવિનાષન લેવાથી નુકસાન કરતુ નથી છતાં લીમડાની અંતરજાળનો ઉકાળો, ઇસરમુળ, ગળો તથા કાચકા કવિનાષન કરતાં સરસ અસર આપે છે. ડી. ડાઇમક, સાવલીનની બસ વધુ ઉપ-યોગી બજાવે છે. (૬૮)

કોકેન—દક્ષીણ અમેરીકાની મજુર પ્રજા કોકેના પાન ખાઈ નીરવાહે ચલાવે છે. શક્તિવર્ધક છતાં નિશો, લાવનાર છે. લોહી ગરમ કરે આસ તથા નાડીનો વેગ વધારે, સખત વૈતર કરવાની તાકાત બધે, એવો શુણ કોકેમાં છે. બ્યારે કોકેનમાં રચાણીક વેદના તથા લાગણીનો નાસ કરવાની તાસીર છે. છરી વડે કાપ મુકવા અગાઉ પાકાં શુમકા પર કોકેનની ખીંછી લગાડાય છે. કોકેવાઇન શુક્રરોગોને ચેતન આપે છે. કોકેના પાન અરધો કરામ સુધી ખવાય છે. કોકે પીવાથી થાક ઉતરે પણ વિચ ખૂન ગરમ થશે. ધર, બરફ, એપસમનું ઠંડુ પાણી પણ કોકેન માફક વેદનાશામક છે. લવંગના તેલમાં કોકેનની તાસીર મનાય છે. (૬૯)

કોકેમુલસ—એના સત્તને પ્રાઇમોટાક્સીન કહે છે. એક આઉંસ મીણમાં ૬૦ ગ્રેન કોકેમુલસ મેલવવાથી, જી-લીખ મારનારો ઉત્તમ મત્તમ બને છે. (૭૦)

કોક્સીનર ઔષ્ઠલ—લોહી માંસ ચરબી વધારે, હાડખી ખાંસી,

સંધીવા, જાંખ, રતાધોળા, કંઠમાળ, તથા ખડી રોગમાં રામનાથ છે. ગરમ  
 ચાહે કે સંત્રાનો રસ સાથે એક ડરામ જમ્યા પછી આપે. ઇડાંની કાચી  
 દાલ શરીર ધસી પચાવવાથી કાઠડીવર તેલની માલીસ જેટલો જ ફાપદો  
 આપે. વિદારી કંદ, મેથી, બદામ, માખણ, મલાઈખાંડ, અલસીતું તેલ, કાપરલ,  
 નીગરેમાં કાઠડીવર તેલ જેવી જ ચરણી, વગ્નન વધારનારી તારીર છે.  
 (૭૧) કૌસથીકમ—બીણું નામ કીરમગ છે. ગાઉટના દરદીને તુરત  
 ફાપદો આપે. ચાર કલાકે ૮ ગ્રેન આપવાથી નવા સંધીવામાં ફાપદો કરે.  
 પીત પીસાળ પરસેવો વધારવા સોદા સફેદ તથા દીકંથર જીંજર સાથે  
 અપાય છે. સોળા તથા ચામડીના દરદોમાં ઝડપી ગુથુ આપે. કૌસથીકમ  
 વાઈનનો ડોઝ ૧૦ દીપા છે. (૭૨) કૌસોડીયન—વહાડકાપમાં વપરાય છે.  
 ચીના કાપ જખમ સંધી આપે છે. દીવેલ તથા ડુનેઝ બાલસમ સાથે  
 જોળીને વપરાશમાં લેવાય છે. વેસ્લીન, મધ, કાકમતું ઘી એરંડયું, અલસીતું  
 તેલ કે પીગલાવેલું સાદુ મીથુ. કાઠબી એક ચીંગ કૌસોડીયનનું કામ  
 આપશે. આટણ ઉપર ખાખન ધસો. (૭૩) કૌસોસીન્ઠ—ઈન્દ્રામણીનું નામ  
 છે જેલાપ જેવો જલ્દીમ જોલાળ છે. મુત્રાશયને જાગૃત કરી અંદરનું  
 પાણી હાકે છે. એકલું લેવાથી ચુંધારો કરે. ત્રણ લાખ હાયોસાઈમસ ચરક  
 સાથે વપરાય છે. અંધકાપ, તાવ, સોળા, જલંદર, મધ થવલું ફરતાન,  
 માથાની પીડા, ડાયાબીટીસમાં કામચળ છે. હોથો દવામાં પણ વપરાય  
 છે. (૭૪) કૌમન સોદા—બહુ વગ્નનમાં ઉલ્લટી-ઝાડો લાવે, સવા તોસો  
 કરમનો નાશ કરે, અજબો નીમકનો ઉકાળો આંકડી તથા ફાલેરામાં અપાય...  
 હાડકાને સોળો, બચકર વેદના સીંધાણુણુના ઠંડા પાણીમાં જોળવાથી દુર  
 માય છે. (૭૫) કૌનીયમ—વેદનાહારક, લોહી સુધારક શક્તિવર્ધક ૨ થી ૮  
 ગ્રેન અપાય છે. આંકડી કંપવાલુ લકવો શ્વાસ કેનસર ચક્રી ગાંઠપણ  
 હડખીખાંસીમાં પ્રબળિક છે. (૭૬) કૌપેમા એલ્બલ—પીસાળની નળીના  
 રોગોમાં રામનાથ. ૬ આંછો કરે, કલેજું સુધારે, જલોંદર જીતે, કુષ

સાથે, અથવા ગુંદરના પાણી તથા લાઇકર પોટાશ સાથે પાંચ ટીપાં આપો.  
 (૭૭) કોપર સેલફેટ—ગોરથુથુ પણ કહે છે. પુષ્કળ ગરમ પાણી સાથે  
 'પાંચ' ગ્રેન આપવાથી ઉલટી થઇ ગેર ઉતરે. મરડો—અતિસારમાં રામખાણ.  
 અકડી શ્વાસ હીસ્તીરીયામાં અકસીર...ખાવાની દવા તરીકે શુદ્ધ કરેલો  
 ગોરથુથુ ૦૧ ગ્રેન ખાંડની ચાસણીમાં આપો. ચાંદી તથા ખીત્રોપર એનું  
 કોશન વપરાય. એક તોલો પાણીમાં એક ગ્રેન દવા મેળવી બે ટીપાં  
 નાખવાથી આંખનો ખીત્રો દુર થશે. રસીવાલા પ્રમેહમાં નીચેથી પીચકારી  
 અપાય છે. (૭૮) કોરોસીવ સખલીમેટ—રસકપૂર એનું જ નામ  
 છે. 'પાણી તથા પોટાશ આયોડાઇડ સાથે એક ડરામં સોલ્યુશન આપવાથી  
 નામુર, સંધીવા, લાડકાનો સોળે, તથા ચામડીના જુના દરદોમાં ફાયદો  
 કરી લોહી સુધારે. ધોષેલા માખણ સાથે એક ટકા મેક્કરી લગાડવાથી હરસ  
 ખરજવામાં ધણો ફાયદો થશે. (૭૯) ફીયાસોટ—અતિસાર, ઉલટી,  
 ગર્બાખીટીસમાં ગોળ સાથે એક ટીપું અપાય લગાડવાથી દાંતનો મડો  
 દુર કરે.. ૨૦ ગ્રાઉન્સ પાણીમાં ખરધો ડરામ દવા મેળવી ઠાગળા કરવાથી  
 મેક્કાના જલ્દાં ફરશે. ગરમ પાણી ૬ ગ્રાઉન્સમાં ૧૨ ટીપાં દવા મેળવી  
 તેની વરાળ શ્વાસમાં લેવાથી ગંધાતો બક્કગમ, ડીપથેરીયા, શ્વાસરોગ,  
 ખહીરોગ તથા છાતીના ભયંકર દરદોમાં ફાયદો આપે. (૮૦) ફ્રીમ એઝ્ક  
 ટ્રાઇટર્—કંડો પીસાખ લાવે, ઝાડો લાવે, અંદરનું પાણી ઢાંકે, પ્યાસ  
 મટાડે, સોળે દુર કરે. જોડપ, તથા જાંજર સાથે આપવાથી પીસાખ  
 ઝાડો પુષ્કળ થશે. (૮૧) ક્યુબેબજ—ચીનીક્યાલા કહે છે. નળી તથા  
 સુત્રાશયને જમૂત કરી ગરમાટો પેદા કરે. રસીવાલા જુના પ્રમેહમાં રામખાણ  
 છે. નવા પરમીયા પર આ દવા આપશો તો રોગ વધીને ગર્બાખીટીસનું  
 રૂપ પકડશે. કોપેચા સાથે સારી અસર કરે. દુધ સાથે કોપેચા તેલ તથા  
 ક્યુબેબ એઝ્કવનાં ૫-૫ ટીપાં ત્રણ વાર રોગ આપો. ટીંકચર ક્યુબેબના  
 ૨૦ ટીપાં પાણી તથા સોદા સલ્ફેટ સાથે અપાય છે. (૮૨) કુસ્સો—આંક

આઉસ પાણીમાં એક તોલો દવા ઉકાળી રાત્રે પીવાથી ટેપવમ' (અપાત્ત  
કરમ) મરી જશે. સવારે જોલાળ આપી પેટ સાફ કરો. (૮૩)  
ડેન્ટીલીથન—એનો હરીફ બાગરાના પાન, નવસાર તથા ઠકુ છે.  
પિત્ત પીચાળ અને ઝાડો વધારી લોહી સાફ કરે. મહાન હીવર ટોનીક છે.  
(૮૪) ડેક્ટરા—સ્ટ્રેમોનીયમ ધતુરા બીજના નામો છે. બેદાવના જેવો ગુણ છે.  
હીમશક ક્યોરમાં સુકો ધતુરાના પાન છે. એનો કુમાડો શ્વાસમાં લેવાથી  
કમનો જોર તુરત હલકો પડે છે. મંકુ કામસીએ 'ધતુરીન' પ્રવાહી છાતીના  
દરદો માટે બનાવ્યું છે. પાણીમાં ૧૫ ટીપાં અરકના પીવા અપાય છે.  
હાખી ખાંસી આંતરડાની પીડા અને યજ્ઞ દુર કરવામાં ધતુરા એકો છે.  
ધતુરવા તથા સખત આંકડી દુર કરે. માત્રા સંબાળીને નાનીજ આપેલ  
મામતી દારૂને જલ્દી બનાવવા ધતુરા વપરાય છે. એના બીયાં તાલ  
અટકાવનાર છે. એના પાનનો રસ હાલવા દુર કરવા વપરાય છે. (૮૫)  
ડોલરસ પાર્કિડર—પરસેવો લાવનાર કદ કાઢનાર, વેદનાહારક નિંદા  
લાવનાર, ઝાડો રોકનાર છે. રાતે ગરમ પાણીમાં પાંચ એન લેવાથી સરદી  
તુરે, ફેફસાં આંતરડા તથા છાતીના દરદોમાં રામબાણુ છે. નાડી ધીમી  
પડે ત્યારે આપશો નહીં...પાણી સાથે ૧૦ એન પીવડથી દારૂની પિડા દુર  
થશે. (૮૬) એલ્ડર ફેલાવર—એની અંતર હાલમાં પ્રુક્ષણ પેટ  
લાવવાની તોફાની અસર છે. સોજો સંધીવા—જલ્દરમાં એનો ઉકાળો અપાય  
છે. અરણી તથા પીલુડીમાં એને મલતી અસર છે. ગરમ મીશુમાં એ કુલ  
ઉકાળવાથી મલમ બને છે. તેટલુંજ કામ 'આબન' આપશે. (૮૭) અરગક  
ગલ્ સ્થાનની ગાંઠ કાઢવામાં વપરાય છે. છોકરું જન્મ્યા પછી ઓળ રહી  
ગઇ હોય, લોહી વહેતું હોય, તેમાં અપાય છે. લોહાના અરક સાથે  
આપવાથી લોહી વધારી માસીક વહેલો લાવે છે. લકવો તથા બધ પડેલાં  
દસ્તાનમાં વપરાય છે. કપાસના મૂળનો ઉકાળો અરગતની જગાએ દોરખી-  
વલમાં હવે ઉપયોગમાં લેવાય છે (૮૮) ઇંડુરીન—એક આઉસ

શુદ્ધ પાણીમાં એક એન દવા મેલવી શીશીમાં રાખો. એનાં ટીપાં આંખમાં નાંખવાથી જારી પડળ પુલ્લુ ગલોકોમાં દુર થાય છે. (૮૯) યુકાલીપ્ટસ —ટીપથેરીયા તથા તાવ ઉતારવામાં કવિનાઈન કરતાં ચઢતી અસર છે, તાવ પહેલાંજ આપો. હડખી ખાસીમાં એનો ધુમાડો આપો. ગરમ પાણીમાં ટીપાં નાંખી વરાળ લેો આમણુમાં વપરાય છે. (૯૦) મેગનેશીયમ સલફેટ—એપસમ સોલ્ટનું નામ છે. સોઘ સલફેટ સાથે એક ડ્રામ આપવાથી પીસાગનો જથ્થો વધારશે. એનાથી મોટી માત્રા જોલાય લાવશે. ચૂંટ-સોનામખી સાથે એનો ઉકાળો બનાવી આપવાથી પેટમાં સુથારો થનો નથી. પિત વિકાર અપચો કબજાયાતનો નાશ થશે. ગુંદરના ગરમ પાણી સાથે તલનું ગરમ તેલ તથા એપસમ મેગની તેની પીચકરી સફરા માર્ગે આપવાથી પેટનાં ધણુ દરદો મટે. લકવો દુર થશે. (૯૧) ગેમ્બોજ—રેવગીનો શીરો પણ કહે છે. જાલીમ જોલાય છે. એળાચો, કલોમલ કે ક્રીમ ટારટર સાથે અપાય છે. કલેજાં ચૂરપિંડ કે અંતઃકરણને લીધે શરીરે સોજો આવે તે ઉપર રામખાણુ...આદુના રસમાં કે સરખતો સાથે સુધાવો કરતી નથી. (૯૨) જેલસેમીયમ—અમેરીકામાં બહુ વપરાય છે. મોટી માત્રામાં જોખમકરક છે. સંધીવા લયક અક્રિય ફાંતની પીઠમાં અપાય છે. હોમ્યો દવા-લકવો તાવ આંચકીમાં વપરાય છે. (૯૩) જેનસન—હોજરીને જોર આપી પાચન શક્તિને મદદ કરે છે. ટોનીક અને ધાતુપૌષ્ટિક છે. ટેબલેટ બનાવવામાં એનો પાઉડર વપરાય છે. (૯૪) ગલીસરીન સોલ્ટ—બીજું નામ સોઘ સલફેટ છે. થેડા વજનમાં પીસાળ વધારે, મોટી માત્રા જોલાય લાવે, કલેજું સુધારે. શેલટનહેમ સોલ્ટ અને 'કાલ્સબાડ'ના મીનરલ વોટરમાં આ દ્રવ્ય છે. (૯૫) ગલીસરીન—ગયાબીટીસમાં ખાંડને બદલે ગલીસરીન વપરાય છે. કાઠ લીવર જોષલની જગાએ ગલીસરીન ધાતુલેપમાં વપરાય છે. દાવેજના સરખા લજને મેગની પીવાથી મળ પોચો થઈ જાડો સાફ ઉતરે છે. આક

પ્રકારનાં બને છે પાણી સાથે ગલીસરીના ડીપથેરીયા તથા ગલાના રોગોમાં લગાડવાના કામમાં લેવાય છે. એપસમ સાથે ગલીસરીના લગાડવાથી પાંદામાં ફાયદો કરે. કેલાં પપાઉ સીતાફલ સાકરેટી જમરખમાં ગલીસરીનને મલતી તોલે મક્કી આવે છે. (૬૬) લીકોરીસ—ગુજરાતીમાં જેડીમધ કહે છે. ચીકાશુવાલો છે. એની કાલી લાકડી ચુસવાથી ખાંસી નવા છાતી ગળાના રોગો દૂર થાય. દવાનો ખરાબ સ્વાદ દૂર કદવા તે લેવાય છે. ગલીસરીના કમપાઉડમાં ગંધક સોનામખી વરીપાલી જેડીમધ ખાંડ છે. જે રાતે લેવાથી કબજિયાત આફરી, હરસ, ખીલ, લોહીનાત્રેસર, ખરગવાં, ચામડીના કાલાશ દૂર થાય છે. જ્યાં જેડીમધનો એક્ષ્ટેક્ટ નહીં મળે ત્યાં ફક્ત ધોડાવજની લાકડી ચુસવા અપાય છે કેટલાક વૈદો આસ તથા ગલાના રોગોમાં અને હડખી ખાંસીમાં બે પાઉસ ભેગા મેસવી ગરમ પાણી સાથે સવારે આપે છે. રૂદ્ધ કોળાના રસમાં જેડીમધની ભુકી આપવાથી શાં.પણ મટે છે. (૬૭) ટ્રેગરીસ ધાઉકર—ખતાવટઃ જંગર ૧, રૂખામ ૨, મેગનેશીયા ૬...અચ્ચાને ૧૦ ગ્રેન, મોટાને ૬૦ ગ્રેન સુધી અપાય છે. નાની સાત્રામાં પાચન સુધારે, ઝાડો રોકે. ૨૦ ગ્રેન આપવાથી ઝાડો થાય. નવા અનિસારમાં ઝાડખી ફાયદો કરે. (૬૮) ઝે પાવકર—ગરમી ટાપી લોહી સુધારે, બળકોના રોગોમાં વપરાય છે. ધાવણ પચે, ઉલ્લટી રોકે, અતિસાર અટકાવે, રીક્ટ નબળાઈ દૂર કરે. એક વર્ષના બચ્ચાને એક ગ્રેન, અને નાની ઉંમર હોય તો અરધો ગ્રેન આપે. (૬૯) ગાયકમ—પરમેલો લાવે, લોહી શુદ્ધ કરે. દસ્તાત સાથે લાવે, ગળામાં તથા પેટના ગરમી પેગ કરે છે. જુનો સંધીવા, જુનો ગાઉટ, ચામડીના દરદોમાં અદ્દશીર છે. ખાંડ ગુંદર તથા તજના પાણી સાથે ૧૦ ગ્રેન ત્રણ વખત અપાય છે. (૧૦૦) ગમ અકાસીયા—બાવતનો શુંદર છે. ડાવાખીનીસમાં ખાંડ બદલે અપાય છે. રસી પથરી તથા પીસાખના રોગોમાં ફાયદો કરે. ગાત્રી બનાવવામાં વપરાય છે. ચુસવાથી જલના ધગરા તથા

આંતરડાના અવસર રૂઆઈ જશે. (૧૦૧) હેમીડસમસ—ઉપલસરીતું નામ છે. સારસાપરીજા પશુ કહે છે. જુનો ગાઉટ, સંધીવા, ચાંદી, પીસાબના રોગો લોહી વિકારમાં રામખાણુ છે. આસંધ સાથે સારસાનો ઉદ્રાળો બાલામૃતતું કામ આપી રીકેટ મટાડે. (૧૦૨) હાથોસાયામસ—ખુરાસાની અજમાતું નામ છે. ઇપીકા ૧ ગ્રેન હાથોસાયામસ ૫ ગ્રેનની ગોલી શ્વાસરોગમાં ગુણ કરે. વેદનાયામક છે. એક આલિંસ પાણીમાં સુરોખાર ૧૫ ગ્રેન અને હેનગ્રેન એક્સ્ટ્રેક્ટ ૧ ડરામ પીવાથી પીસાબના દરદો દુર થાય (૧૦૩) હેલ્ડીન—કોઈમી જગાથી લોહી વહે તેમાં અપાય છે. હરસની વેદના, ઉપસેલી નસો તથા જખમમાં વપરાય છે. નાગકેસરના પુલ માખણ ખાંડ સાથે ખાવાથી તથા ઘોણુ ઘી કે છાસ લગાડવાથી રેઝકીનનો ગુણ બતાવશે (૧૦૪) આયોડાઈડ એન્ડ મરેક્યુરી—રમેળા માંઠા બરોળની ગાંઠ, કંઠમાળપર આ મમમ ઘસવાથી ઓગળી જશે એક આલિંસ ગરમ મીથુ અથવા તાવેલી ચરખી સાથે ૧૬ ગ્રેન દવા મેલવવાથી મમમ બને છે. ખાવામાં કદી વધરાતી નથી, (૧૦૫) આઈડિય-લેડ મોસ—કેલ્પ અને કારાઈન પશુ કહે છે. કલ્વો લાગ દુર દરી ખોરાક તરીકે તે ટાપુના લોકો વાપરે છે. એક જાતનું દરીવાઈ ધાસ છે એમાં આયોડીયન વિપુલ છે. કેંચમાળ નજગાઈ તથા મગજની ખામી દુર કરે છે. તાવ ઉતારવા કવિનાઈનની જગાએ એનો ઉકાળો વપરાય છે, (૧૦૬) આયોડીન—દસ્તાન લાવનાર, પીસામ લાવનાર, ખળતરા કરનાર છે. ગાંઠો તથા ગોઈટર ઉપર રામખાણુ છે. બહારથી લગાડો અને પાંચ ટીપાં પાણીમાં પીવા આપો. કઠીયાતના ઉદ્રાળામાં પાંચ ગ્રેન પોટાશ આયોડાઈડ પશુ અપાય છે. દરાજ ગજકરણે ખરજવાં પર લગાડાય છે. સોજન સંધિવા ગાઉટ પર લગાડી પુકં મારો. તેનાથી ગમ્મ કાયદો થશે. અરક, તેલ, પાણી અથવા મલમના રૂપમાં ઉપયોગમાં લેવાય છે. આંઠ લાગપણીમાં એક લાગ આયોડીન નાંખી તેનો ગરમ વરાળ નાકમાં લેવાથી ધની તથા



ફેરસાના રોગમાં આરામ થશે. ધોળકુ ધી લગાડવાથી જખમ જલ્દી મટશે.  
 (૧૦૭) આઈડોફ્રોમ—એનટીસેપ્ટિક, દુરગંધી નાશક અને લોકલ  
 એન્ટિસ્થેટીક છે. તે જાગની લાગણીનો નાશ કરે છે. નાસુરમાં રૂઝ લાવે  
 છે. કેનસર પિંડા મટાડે છે. ખંદીરોગમાં વરાળ તરીકે અપાય છે.  
 અને ખાવા પણુ આપી શકાય છે. દારૂડી તથા ખાંડમાં એ તાલો છે.  
 (૧૦૮) ઇપીફ્રી—એનો સરતો હરિદ્ધિ અરીઠાં તથા આક્રમતું મૂળ છે.  
 ખાસ ગુણુ ઉલટી પરસેવો ઝડો લાવવાનો અને બળગમ કાઢવાનો છે.  
 ગરમ પાણી સાથે ૩૦ ગ્રેન દવા ઉલટી લાવે અને કફ તોડે. હડખી ખાંસી  
 ગલરાઈ તથા સસણીમાં અપાય છે. મરડા પર એ વાધનનું અકેફ ટીપુ  
 અકેફ કલાકે અપાય છે. યુમેનીયા—પહુરીસીમાં અરધો ગ્રેન વપરાય છે.  
 તાવ અટકાવે, લોહી સુધારે, (૧૦૯) જેલપ—જમાલગોટા જેવો  
 તીક્ષણ તોફાની જેલાળ, નાનાં આંતરડામાં વધુ અસર કરે, પેટનું પાણી  
 ખાલી કરે. લોહી દબાણુ, કબજીયાત, સોળ, કરમ, જલંદરમાં અપાય.  
 સૂકના ઉકાળા સાથે લેવાથી બળતરા કરતો નથી સુંક ૧ જેલપ અને ક્રીમ  
 તારતર ૬ મેળવવાથી જેલપ કમ્પાઉન્ડ બને છે. તે ઉપલા રોગોમાં કારજત છે.  
 (૧૧૦) ઓઈલ જુનીપર—પીસાળ વધારી થોથર સોજો જલંદર દુર કરે. ગોખર,  
 એખરે, સાટોડી, જુનીપરના હરિકો છે. (૧૧૧) કોલોનટ—આહે કાશી કરતાં  
 વધુ ‘ફીશી’ ‘ધીઓઓમા’ અને ‘કારઓહાઈરેટ’ હેવાથી લોહી વધારી  
 જાનતાંતુને નક્ષ વોમીકા જેવો આળકા મારી શક્તિ રફૂતિ વધારે છે.  
 નખખાઈ અતિસાર અને અંતકરણના ‘વાલ્વયુલર ડીસીઝ’ માં રામખાણુ  
 અસર આપે છે. પ્રમાણુ બે ગ્રેન, દીનમાં ત્રણ વાર. (૧૧૨) કમાલા—  
 જાલીમ કરમનાશક છે. દેશી નામ કપીલો. ટેપવર્મમાં ખાસ વપરાય છે.  
 મંધ દહીં કે ઓસામણમાં એક કરામ પાઉચર મેલવી બવાડો. કરમ મારી  
 તેને ઝાડા માર્ગે હાંકવાનો બેવડો ગુણુ કપીલામાં છે તે બીજી દવામાં નથી.  
 કીરમાની અગ્રમો, સેનટોનીન જેટલું જ કામ આપે છે. (૧૧૩) લેટ્યુસ

—સાક્ષીતનું નામ છે. નિશો લાવવા અશીશુની જગાએ વપરાય છે. એનું સંત્વ 'લેટયુસ ફેરીયમ' ૧૦ એન માત્રામાં વપરાય છે. સાક્ષીટમાંથી જે દુધ જેવો રસ નીકળે તેને ધીમે તોપ આપી જાણ જેવો રંગ બનાવો તો સત્ય તૈયાર થયો. ખાંસી તથા ધત્તીનો ગજરાટ દુર કરે છે. રાતે પીવાથી ઉંધ આવે છે. (૧૧૪) લાઇમ—એટલે ચુનો... ૨૦ ભાગ પાણી સાથે ૧ ભાગ ચુનો મેલવી રાખી, ઠરી ગયા પછી નીતક પાણી 'લાઇમ વોટર' પીવાથી હોજરીની ખટાસ ઓડકાર અતિસર અછરણ દુર થાય. સાવચુક પચે, દુધ વાધુ કરવું નથી. દાઝેલા ભાગપર ચુનાનું પાણી અલસી તેલ કે કોપરેલમાં ઢાલાવી લગાડો. (૧૧૫) લીનસીડ—અલસી તથા ફેલેક્સીડ પથુ કહે છે, એક કપ પાણીમાં જોડીમધ શુદ્ધ ૫૦ એન અને અલસી ૧૫૦ એન ઉકાળી લેમાંથી એક કલાકે એક ચમચો પીવાડો તો બળગમ તથા પીસાબના દરદો દૂર થશે મરડો તથા અતિસાર બંધ પડશે. કોર્લિસાની જુકી સાથે અલસી પાણીમાં બારી પોલ્લીસ કરવાથી હથિયાર કે નસ્તર વીના પાર્કા—ચુમકા કુટશે. સવારે ઉઠ્યાજ અલસીની આઢે ખાંડ દુધ સાથે પીવાથી મલ'વ'તીની ઉલટી—અકકર બંધ પડે છે. (૧૧૬) લીલીયા—પીસાબ વધારે ખટાય દુર કરે, ગાઉટ—સંધીવામાં કાયદો આપે, પથરી ઓગાળી બહાર કાઢે... પાણી સાથે પાંચ એન કારબોનેટ લીથીયા આપો. એજ પાણી સોગ ચીરા સંધીવા કે જીમપર મુકો તો ચામડી કે સંધિમાં ભરાયેલી પથરી ઓગાળી બહાર આવશે. (૧૧૭) લોબેલીયા—ઉલટી ઝાડો લાવે, કંઈ કાપે, પરસેવો વધારે. ટીકચર લોબેલીયા ઝેરી દવા છે. પાંચ ટીપાં બીજી દવા સાથે વાપરે. (૧૧૮) મારફીયા—અશીશુનો અરક છે. આંકડી રજૂ વેદના અનિદ્રા દૂર કરે, પરસેવો લાવે, પાણી સાથે બે ટીપાં ચામડીમાં પીચકરી દેપે અપાય છે. બીસમથ. સજનાઈટ્રેટ તથા ગુંદરના પાણીમાં પીવા અપાય છે. હરસ તથા લોહીવામાં અરગટ તથા કુદનાના પાણીમાં અપાય છે. (૧૧૯) મરુક—

કસ્તુરીનું નામ છે. સાલીનનો ઉકાળો કાઢે એના હરિદ્ર છે. ખસખસ પોષ તથા પીપરી મૂળમાં હિંધ લાવવાનો અને વેદના ચાંત કરવાનો ગુણ છે. ગર માટે લાવે આંકડી રાજ હીરડીરીયા ન્યુગોનીયા ટાઇફોઇડમાં રામચાણુ છે. હાજર નહીં હોય તો જીવંત્રી, લક્ષ્મીનો રસ કે તુલસી આફ્રોને મધ અપાય છે. (૧૨૦)

મરચડા—રાષ્ટુ નામ છે. ગરમી પેદા કરે, ઉધટી લાવે, લગાડવાથી ચામડી લાલ બન્યાવે... અરધો તોલો ફાળી પ્રુષ્ણ ગરમ પાણી પીવાથી ઉલટી થશે. નાની માત્રામાં રાષ્ટ પાચક રસો વધારે છે. પોટીસમાં સહેજ મરચાંની બૂકી ઉમેરી વાપરે તેથી ફાલ્સો ઉઠી તે જગાતું ખરાબ લોહી સપાટીપર લાવશે છાતીપર રાષ્ટ મારવાથી સરદી ખાંસી આસરણ દુર થાય, ગળાંપર મારવાથી હિંધ આવે. પેટપર મારવાથી ઉલટી ઝડો ફાલેરા બંધ થાય. ટેટપર મારવાથી આંકડાં તથા કમરપિગ દર્દે થાય. રાષ્ટના તેલમાં અજીમો લસન સૂંક ઉકાળી લગાડવાથી ઉત્તમ વાયુનાશક તેલ બને, લકવો સંધીવા મટાડે રાષ્ટના પાણીમાં પગ સેકવાથી બલક પ્રેસર ઉતારે, હિંધ આવે, કમરના દરદો શાંત થાય દરતાન આવે, તસીયાં ગરમ રહે... માખણ સાથે રાષ્ટ આટવાથી સરદી. કફ, મેનીન જામડીસ મટે... (૧૨૧) કોનડીજ ફેલુધક—એક આઉંસ પાણીમાં ૪ ગ્રેન પરમેગનેટ મેલવે. એટલે તેપાર. ૨૦ આઉંસ પાણી મેળવી છાંટવાથી જંતુનાશક શીનાષ્ટનું દુરમંધી નાશક કામ કરશે. ગંધાતા પર રસીના જખમપર એ લોશનની પીચકારી મારો. ગળાનાં રોગમાં કેમળા કરાવે દરતાન લાવવા શુભકંદ સાથે પાંચ ગ્રેન અપાય એપીરોજ સામે રક્ષાય મેલવવા તથા ગ્યાબીડીસમાં પણ ૪ કલાકે એકેક ગ્રેન પરમેગનેટ અપાય છે. (૧૨૨) પોટાસ નાઇટ્રેટ—સુરોખ્યાર, કલમી સોરા બીજાં નામો છે, પીસાળ લાવી સોજો ઉતારે, અંતકરણના વેગને દુર કરે, પેટની બળતર શાંત કરે... ડોક્ટરે કેમફર પોટરમાં ૧૫ ગ્રેન સુધી આપે છે. રસી-વાલા પરમીયાંમાં પોટાશ બાઇ-કાર્બોનેટનું પ્રવાહી મધું અડધીર છે. (૧૨૩) (૧૨૪) નક્ષ વોમીકા—એર કાયલેટ કહે છે. તાવનો યત્ન, પાચન સુધારી

પુરુષાતેન આપનારો ટોનીક અભ્યાસ કરવાનું જોર વધારે. જમ્યા પછી એક ટ્રેન શુદ્ધ એરકેન્યજાની શુદ્ધ લેનીથી અંતરગતી હીનચાલ સુધરે. 'ડીનર પીલ્સ'માં એકીયો કરીપાતુ બેલાડોના અને નક્ષ વેભીકા છે. લકવે, વારંવાર પીસાળની હાજર, કળત્ત સગાકા, રૂમેટીક શીવર, કમજોસીમાં ચમત્કારી અસર બતાવે. ગેસ, વાયુ, હીરટીરીયામાં પથ્ય કાયદો કરે, ઓપુરવેદમાં વિપતિંદુક કહે છે. અગ્નિદ્વંડી ગેલીમાં ૫૦ દકા નક્ષ છે. (૧૨૫) નેપથેલીન—જલુનાશક ચેપનાશક ભગંદરની કીર દુર કરનાર છે. એક ડાંમ પાણીમાં ૧૦ ટ્રેન મેળવી નીચજા ભાગમાં પીચકારી મારવાથી પ્રદર, પીસાળમાં રસી, ગંધાતો પીસાળ, યુટેરીન કેનસર, દુર થશે... પીક તથા વાંસાપરના ગુમ્માં અને ખરજવા રોગમાં, ૬ ભાગ વેસ્કીન સાથે નેપથેલીન એક ભાગ મેલવી મધમરૂપે લગાડો. (૧૨૬) ઓપીયમ—અશીણુ નામ છે. ખસખસના પોષમાં છે. વેદના વાકી જગાએ સેક કરો. આંકડી, ધનુરવા પથરી તથા વધરાવલની પિડા દૂર થશે... એક આઉંસ પાણીમાં ૧૫ ટીપાં ડાહટરો આપે છે. હેલોમલ સાથે અરધો ટ્રેન આપવાથી કંઈનો તાવ, પિત્તનો તાવ, પાઈ, અટકાવે છે. હરસ અતિસાર મરગના રોગીને કેસતર ઓપ્લ્સ'માં ટીંકયર ઓપીયમ આપો. એ અયોગથી આંકડી ધુગરી દુર થશે. કાયાબીટીસપર ઉરતાદ છે. પીસાળ ઓછો કરે, મૂત્રાશયની બળનરા મટાડે, શ્વાસ રૂંધાતો હોય તો કદીબી આપસો નહીં... પ્રદરમાં ફટકડી જ્યારે નિષ્ફળ જાય ત્યારે ૨૦ ટ્રેન ઝીંક સલફેટના ગરમ પાણીમાં ૩૦ ટીપાં અશીણુનો અરક નાખી મહીજાઓને પીચ્યારી અપાય છે. (૧૨૭) કરોટન ઓઇલ—જમાલ ગોટલું તેલ છે. ગલરાટ કરે, ઉલ્લટી લાવે, બાલીમ જોવાળ લાવે, બલ્ક પ્રેસ-રથી બેહોસ બનેલા રોગીની જીભપર એકજ ટીપું દવા મુકવાથી આરામ થશે. અરધા તોલા તેલ સથિ એક ટીપું આપવાથી બળતરા ઓછી થશે. કુંટી પર સુપ્તુખી તેલ એક ટીપું મુકવાથી જાડા છૂટે—વાંસમાં એક ટીપું દપકાવવાથી જોલાળ બંધ થશે—'આર્થ્રાલાઈક' (૧૨૮) ઝીંક ઓક્સાઇડ

આંકડી હીસ્ટીરીયા હાજમી ખાંસીમાં ૩ ઝેન દવા, જેનશન એક્ષ્ટ્રેક્ટ સાથે ૪ કલાકે આપો. ખહીરોગમાં તથા પરસેવા વખતે આપો. એક આઉસ વેસલીન સાથે પાંચ ઝેન મેલવી લગાડવાથી ચાલી મુમડાં ખરજવામાં ગુણુ આપે. (૧૨૯) પેક્લીટ્રી—અકકલકરો છે. ચુસવાથી તોતડી વાચા સુંધરે, ટેનસીલ મટે, મોઢાનો લકવો દુર થાય, ખાંસી મટે, ભુખ વધે, હંતપિડનો નાશ કરે, અવાજ ખોલે, પાણીમાં ટીંકયર મેલવી ઢાગલા મટે આપો. પીવાની મનાઇ છે. (૧૩૦) પેપર—મરીતું ખામ છે. હરસ તથા સફરાની પિકા મટાડે, પાચન વધારે, રસીવાલા પરમીયામાં ચીનીકખાલાની જગાએ વપરાય, તુલસી પાન સાથે મરી ચાવવાથી મેલેરીયા તાવ દુર કરે, આદુ મરીના ઉકાળા વડે ઢાગળા કરવાથી ગળાના રોગો દૂર થાય, જીરું મધ સાથે મરી મેલવી ચટાડો તો મસા તથા અપચામાં ગુણુ બતાવે. (૧૩૧) પેપસીન—ખેરાક સાથે ૩ ઝેન પેપસીન આપવાથી ઉલટી દુર થઇ શક્તિ આવે. લોહ જરમ સાથે પેપસીન આપવાથી દમતું જોર હલકું પડે, અને નાસ, લસન કાલમેલ, કે પપાઉતું દુધ સાથે અજમો, આપો તો પેપસીન કરતાં સરસ કામ આપે. (૧૩૨) ફેસ ફરસ—ઢોલેરા, હાજજવર, ખહીરોગ, ગોઘટર, 'ખરજતુ' લોહીવીકાર, નામરદી, મગજના દરદોમાં જમ્યા પછી પાણીમાં ૩ ઝેન આપો. (૧૩૨) મુગરલક—સીસાની જરમ છે. હાથીપમ પાંકાં સોજા અખિમાં ચીપડા, લાલ અખિા ગત્રોકામાં ખરજવા ઉપર ઝેતું લોશન વપરાય છે. પોષ દોઝનાં ગરમ પાણીમાં બે ક્રામ દવા મેલવી પોતાં મુકે. અશીશુના અરક સાથે અરધો ઝેન આપવાથી પ્રદર લોહીવા મરડા અતિસાર પરસેવા શાંત કરે. એક આઉસ માખણ ચરબી કે વેસલીનમાં ૧૨ ઝેન દવા મેળવવાથી મલમ બને છે. (૧૩૩) પીલોહારપીન—મોટી માત્રામાં જોખમકારક છે. ઉતાર એટ્રોપીન છે. અરધા આઉસ ચાણીમાં એક ઝેન એટ્રોપીન મેલવી એમાંથી બે ટીપાં ચામડીમાં પ્રવેશ કરાવ છે એનો ખાસ ઉપયોગ, બગડેલા મુત્રપિંડમાં, લોહીની નળી તુટવાથી આવેલા અધાપામાં, રેટાઇના રોગમ

તથા ડી'ટ્યમેટમાં થાય છે. ૪૦ ટીપાં પાણીમાં એક ગ્રેન મેગ્નેશીયમ તથા ૪ ટીપાં પોચકરી મારફતે દાખલ કરાય છે. પરિણામ તથા અંરટીક્રીયામાં વપરાય છે. ડાયોપીડીસ આંકડી હાળી ખાંસી તથા સોજામાં પણ પ્રન્યેક્ટ થાય છે. (૧૩૪) પોડોફીલમ—વેદાની જ્વેલાળ છે. એલોસ અથવા ડાયોસીન સાથે અપાય છે. 'સોજા વખતે જેલામલ સાથે અપાય છે. એના ખાસ ગુણ પિત વધારી અને કલેજુ' સુધારવાનો છે. (૧૩૫) ફ્રાસફેટ આયરન—દસ્તાન ચાલુ કરે, લોહી વધારે ડાયોપીડીસમાં ફોસફા તથા આરસેનીક લીકર સાથે અપાય છે. (૧૩૬) પોટાશ કલોરેટ—ઝેરી જંતુનાશક, પીસાળ લાવે, ટેનસીસ, લેરીનગ્નપ્ટીસ પાયોરીયામાં ફેલતા માટે અપાય છે. એકનાઇટ પાણી સાથે ટાઇફામાં વપરાય છે. (૧૩૭) પોટાશ આયોડાઇડ—પીસાળ લાવે, દસ્તાન લાવે, લોહી સુધારે ગાંઠ ગાંઠર બરણમાં કરીયાતાના પાણીમાં પાંચ ગ્રેન અપાય છે. સંધીવા સીંચીલીસ નાસુર અને હાડકાના દરદોમાં રામખાણુ છે. પારો તથા મીસાડુ' ઝેર હાકે. અમરકંદ, વાકરી તથા ચોપચીનીમાં એની તાસીર મધી આવે છે. (૧૩૮) ફીનેસેટીન—તાવદારક, વેદનાં શામક છે. ડાહટર લી-સબર્ગ પહેલી અજમાવી હતી, ૮ ગ્રેન ડોઝમાં આપવાથી તાવને ૪ કલાકમાં ઉતારે છે. ગળીસરીનના પાણી સાથે આપવાથી વધુ ગુણકારી અને છે. ૧૨ ગ્રેન ડોઝમાં 'લોફા મોટર ઍટ્રેક્સી' શાંત કરે છે. એ રોગમાં સોય ધોયાતી હોય તેવી વેદના આખા શરીરમાં થાય, ચંચતંતુ નખખા પડે. (૧૩૯) ડોસીયા—હાલુ' તાવનાશક, ફૂમીતાશક, ખાદીનાશક છે. લોખંડના અશક સાથે આપવાથી લોહી વધે. એનો હરિક કાસમેધ છે, (૧૪૦) રૂબાબ—રેવચીની ખટાઇ કહે છે. ખાસ ગુણ અંરટીક્રીયામાં જથ્થાપો છે પાંચ ગ્રેનની માત્રામાં પાચન સુધારી ઝાડો રોકે. ૩૦ ગ્રેન આપવાથી ઝાડા થાય, સુંઠ સોદા તથા જથ્થકલના પાણી સાથે આપવાથી પેટ સાફ લાવી હોજરીની ખટાઇ ધોઇ નાખે છે. પીસાળ પરસેવો અને

માતાનું દુધ એ દવાથી પીણું થાય છે. જખ્યાંએને મેળનેશીયા સાથે  
 અપાય છે આ દવાની છુટ્ટી દાખવાથી ચાંદી રચાય છે. (૧૪૧) રચુ—  
 સીતાખનું નામ છે. દસ્તાન લાવે, ચાંકડી બાદી રચ તથા હડખી ખાંસી  
 દુર કરે. લગાડવાથી ચામડી લાલ્લ કરે. ગરમ પાણીમાં એના પાનનો રસ  
 સફરો મારો અઢાવવાથી હીરટીરીયા કરમ તથા પેટના રોગો દુર થાય,  
 સંધીવાના દરદમાં આરામ આપે. (૧૪૨) સેનડલ એમ્બલ—સુખખું  
 તેલ છે. દુધ સાથે ૧૦ ટીપાં પીવા આપવાથી અતિસાર, પ્રદર, રસીવાલો  
 પીસાખ, પિત તથા કફને દુર કરે છે. લાઇકર પોટાસ શુદ્ધ તથા તગના  
 પાણીમાં ત્રણ કલાકે અપાય છે. (૧૪૩) સેનટોનીન—કરમનો ઉસ્તાદ  
 કહેવાય છે. કીરમાની અજમો, ખાખરાના ખી તથા કાચકાં એનાં હરીફ છે.  
 'ટેપ વમ' તથા રાઉન્ડ વમને મારે છે. ચરુવસ ઉપર અસર નથી.  
 (૧૪૪) રસટોક્ષ—ચામડીમાં લગાડવાથી ફેસ્લો ઉઠે. મરદાનગી આપનાર,  
 નસોને કોષતમંદ બનાવનાર, લકવો સંધીવા અને બેકાણુ પીસાખને દુર  
 કરનાર નરવાધન ટોનીક છે. જેનસન સત્વ સાથે એક ટ્રેનની માત્રા આપે.  
 (૧૪૫) સેવીન પાઉડર અને સેવીન એમ્બલ—ગરમ પાણી સાથે  
 પાંચ ટ્રેન છુટ્ટી બે કલાકે આપવાથી દસ્તાન ચાલુ કરે. ગરમ દુધમાં એક  
 ટીપું તેલ પથુ અપાય છે. મોટી માત્રામાં મલપાત કરે છે. હમેલવાલી  
 એને કહી આપવી નહીં, (૧૪૬) સેનેગા—પીસાખ વધારે, પરસેવો લાવે,  
 ગરમાદ ઉપજાવે, બળગમ કાઢે, દસ્તાન ચાલુ કરે...સસણી ન્યુમોનીયા ખઠી  
 હડખી ખાંસીમાં રામગાણુ છે. અટકાવ આછો હોય, પિંડા થતી હોય, મૂત્ર  
 પિંડ રોગને અંગે સોજા ગાંઠ્યા હોય, પીસાખમાં આલશુમન જતી હોય  
 તે બેરફ તથા તગના પાણી સાથે અરધો ડામ ત્રણ કલાકે આપે.  
 અંતકરણના ઝખી વેગને શાંત પાડવા ડીજીટેલીસની જગાએ વપરાય છે.  
 ખાંડ-લીંબુના ઠંડા સરખતમાં, શેરડીના રસમાં અને શીલાજીતમાં ડીજીટેલી-  
 સની તાંસીર છે, (૧૪૭) સરધેનટરી—અપચો દુર કરી શક્તિ આપે,

ગાઉટ સંધીવામાં પાણી સાથે ચરથો કામ ચરક આપો. કાષ્ઠ તબીબો સારસાપરીક્ષાના ઉકાળામાં આપે છે. ગાઇકમ બળતરા કરે, બધાને અનુકુળ નથી, છતાં આ દવામાં તેઓ અવશ્ય નથી. (૧૪૮) સેલફર—ગંધકતુ નામ છે. સરસ્યા તેમાં મેળવી ખરખવાંપર લગાડો, કુંધ સાથે ૧૦ ગ્રેન પ્રમાણમાં પીવાથી ચામડીના રોગો, વનસપતીના જંતુઓ સંધિવાં કબજાયાત હરસમાં અપાય છે. ચરબી કે વેસ્લીન ૪ લાગ સાથે મેળવવાથી ખસનેકા, ઉત્તમ મલમ બને. ચાર આઉંસ નારંગીના સરખત સાથે એક આઉંસ ક્રીમ ટારટર, ચાર આઉંસ મધક અને ૧૮ ગ્રેન કઠીરા ગુંદરનો છુકો મેલવવાથી ગંધકનો મુરંબો બને છે જે હરસમાં રાખવાયુ ગણાયો છે. (૧૪૯) સ્ક્રીકનીયા—એનો ગુણ નફ વોમીકાને મલતો છે. જાપફલ કાકો કાબુમાં નફની ઉતેજક નાસીર મલી આવે છે. (૧૫૦) હાઇપોફોસ્ફેટ ઓફ સોડા—લોહી સાફ કરી હોવત આપનારો ફોસ્ફ ફરસને મલતો ગુણ છે. દમ, લોહીની કમી, ખહીરાગમાં મધ સાથે પાંચ ગ્રેન ચાર કલાકે અપાય છે. લકવો, આંકડી હીસ્ટીરીયા માનકાષોની કમળેરી કાપથી દુર કરે છે. (૧૫૧) આયરન સલ્ફેટ—હીરાકસીને - કહે છે. પ્રદર રોગે લોહી વધારે દસ્તાન લાવે. પીસાજ ઉતારે, અતિસાર અટકાવે, મરડાને મહાત કરે તજ સુંક હીંગ એલીથો હીરાબોલ સાથે હીરાકસી આપવાથી બંધ થયેલું દસ્તાન ફરીથી ચાલુ થાય, કાસિસાદી ગુટીમાં અનુકુળ દ્રવ્યો છે. (૧૫૨) ઝીંક સલ્ફેટ—આંકડી બલગમ પ્રદર પીસાજમાં રસી હીસ્ટીરીયા તથા નરવસ ડીસીઝમાં જનશન સત્વ સાથે બે ગ્રેન અપાય છે. બોરીક સામે બે ગ્રેન દવા એક અ.ઉં.સ પાણીમાં મેળવી ‘આઇડ્રોપસ’ તરીકે ખીલમાં વપરાય છે. દોઢ ગ્રેન મોન્યુયુ સાથે ત્રણ ગ્રેન દવા પાણીમાં મેળવી પરમીયાના રોગીને પીયકારી અપાય છે. (૧૫૨) ટ્રાબેકેલ—સવારે એનો છુમાડો લેવાથી શ્વાસરોગ દુર થઈ ઝાડો સાફ આવે સ્ક્રોફ્યુલોઝ હરનીયા ઉલટી અડગરી બેલાની દુર કરવા અને ગળા ચઢવવા તંબાકુ પાણીની



પીચકારી સફરામાં અપાતી ત્યાં હાલમાં 'કલોરોફોમ' વપરાય છે. (૧૫૪) ટાર—દામરને કહે છે. એની વરાળ આપવાથી શ્વાસરોગ સરદી તથા ખલ્લીના રોજો મટે એવો હારલે સ્ટ્રીન ડોક્ટરનો દાવો છે. અરધા આઉંસ વેસ્લીનમાં બે ડરામ મેલવી કીર ખરજવાં કુરોળીયાપર લગાડાય છે. આઠા સાથે ૨૦ ટીપાં ટીંક્યર મેલવી ગાળીરૂપે આપવાથી જીભની ખાંસી તથા મુત્રાશયના દરદો દુર થાય છે. (૧૫૫) ટરપેનટીન—'પીન્ટુ' નામ નખતેલ છે. લગાડવાથી ચામડી લાલ થાય. પાણી સાથે ૧૦ ટીપાં આપવાથી ગરમી પેદા થાય, પીસાળ વધે, કરમનો નાશ થાય, મુત્રાશય ઉપર 'કોપેઆ' જેવી અસર આપે. પાંચ આઉંસ ગુંદરના પાણી સાથે બે ડરામ દવા મેલવી સફરા માગે' પીચકારી આપવાથી 'આંકડી પેટનું' શ્વળ અને લકવો મટે એવો રીપોર્ટ સાબલ્યો છે. (૧૫૬) થાઇમલ—અજમાનો ફુલ છે. ડીપથેરીયા દાખડિયુ એપી તાવમાં એક ડરામ રપીરીટમાં એનનો ફથો ખાગ અપાય છે. રાઇના તેલમાં મેલવી લગાડવાથી ગળકરણ 'ખરજવા' નથા સોરાક્સીસ (સર્વાંગી કીડ) મટે તુલસીના પાનમાં ચાઇમલ તત્વ છે. વીવીમન મલમ તથા બામમાં સફેદ મીથુ સાથે થાઇમલ છે. (૧૫૭) ટોલુ—ગરમી આપે, કફ કાઢે, પ્રદર—પરમીયામાં અકશીર... ઈંડાની જરદીમાં ૧૦ ટીપાં દવા મેલવી લગાડવાથી ચાંદી-સંધીવામાં ગુણ આપે. (૧૫૮) વેલેરીયન—શ્વળ આંકડી ઝંઘળી અકકડવાયુ આધારીથી હીરડીરીયા રામખાણુ જસર કરે છે, એના દરિફા, હિંગ લશન અને જટામાસી છે. ઝંઘુની વેલેરીયન ઓમાઇક, શીટસ હીસ્ટીરીયા દુર કરવા સાથે અસલી દવા જેવું કામ કરે છે. વેલેરીયન સાથે છીંક પણ અપાય છે. (૧૫૯) જીંજર—આદુ તથા સુંઠમાંથી ટીંક્યર બને છે. પેપરમીટના પાણીમાં બાઇકારબોનેટ સોદા ૩૦ ગ્રેન સાથે જીંજર ટીંક્યર ૩૦ ટીપાં આપવાથી વાયુ બાદી અપચો સરદી નાશુદ થઇ હોજરીને કોવત મલે છે. સોનામખીના ઓગામાં એપસમ સાથે જીંજર અરકના ટીપાં આપવાથી પેટમાં વ્યૂકા કે

વીંટ આવતી નથી. સુંઠ સુસવાથી ખાંસી ચૂપ થાય, સરદી મટે, યુંક છૂટે. પાણીમાં ધસીને લગાડવાથી અર્ધા-વેદના થાત થાય. અરક જીજરને ટેકાણે આહુતો ઉકાળો અથવા કાચું આદુ તેટલું જ કામ આપશે.

## નવાં ઓપધો

**સાહેકાઠાયાઝીન**—ફેફસાવાલાઓએ જીલ્લા નામો આપ્યા છે. શેલેફો—વાદાએ સેપટીનીલમ નામ આપ્યું છે. બીજા કારખાનાએ નિકોટિનીક એસીડ મેદવી તૈયાર કરેલી છે. આ નવા રૂપમાં વધુ ગુણકારી અને ઓછી જોખમકારક બને છે. ન્યુમોનીયા, ગુમર્ગ, મુત્રરોગ, અનેક પ્રકારના તાવ, મસ્તકના દરદો, ગઢાના દરદોમાં પાંચે જાતના જંતુ મારવામાં ઝડપી ફાયદો આપે. બાઇકાબ સાથે લેવાથી ઉઝડી થતી નથી. લોહીના તત્વો નબળાં પાડે, ચક્રર લાવે, ધપકારા કરે એવી ફરીયાદ છે. પણ તેવા રોગીએને આરામ આપી મધુકાસનું પાણી પીવાડવા બધામથુ થાય છે. નાના ડોઝમાં અને આખા દીવસમાં ૧ થી ૬ ગોળી આપવાથી જલ્દતઃ અવગુણથી બચી જવાય છે. એની અસર ખચીત ચમત્કારી છે. ફેફસાક તખીઓ. ૧૬ ટેબ્લેટ ફરમાવે છે, માટે સાવચેતી રાખે. આ પ્રયોગ વખતે તકી મધક અને ક્ષારના જોલાઓથી પરહેજ રહેવા બધામથુ છે. પાઉડર ગોલી, મલમ, ત્રણરુપમાં મલે છે. M. B. C. ૭૭૩, સીઆએલ, સલ્ફાની લામાઇ, વીગેર નામો હેયજ વેચાય છે.

**પાહુડરીન**—જા ઝેનની સફેદ દીકડીઓ મેલેરીયાની સ્પેસીફિક મળાય છે. મર્લવંતને અપાય છે. તાવ રોકે અને ઉતારે, બન્ને તાસીર સામે છે. ૧૯૪૪ માં ડૉ. ડેવીએ એનો પહેલો ઉપયોગ કર્યો હતો. ગેપાઈન મોંઘે રોગીના લોહી-ચામડી પીલાં બનાવતી નથી. મુરોપ દોરખીતોમાં ખુબ વપરાય છે.

**ચેનીસીસીન**—યુગમાંથી બનેલી અર્વાચીની યુગની સોયી મહાન ઓપર્ધી। ચાંદી, પ્રમેદ મગજના દરદો, ગેનગ્રીન, હાડકાના રોગો, પાકી, ન્યુમોનીયા સંધીવામાં ચમત્કારિ ગુણ આપે. સુચીવેષ (ઈન્કચન) રૂપે ખૂબ વપરાય છે. નાની માત્રામાં ચાર-વાર આપવાને સદે આજના તબીબો રૂઢી પ લાખ યુનીટ એક વખતમાં સામગ્રી આપવાનું પર્સક કરે છે. ડીપથેરીયા એન્ડી ટેક્સીન નિષ્ક્રમ ગયા પછી ચેનીસીસીન છેલ્લા ઉપાય તરીકે અપાય છે. ન્યુમોનીયામાં M. B. અને સીમાગ્રોસ કાફરી પ્રભાવ આપે છતાં જરૂર પડે તો ચેનીસીસીન ભેંકવામાં આવે છે. શીરીશ્વરમાં ખાર મહીના તાજ રહે છે. મરખીથી બચડે છે. હુકમીયા કેનસર કોલેરા મરડો ઇન્ફલુઅન્સામાં ચેનીસીસીન ફળદાયી નીવડી નથી. તીવ્રજંતુનાશક છે.

**રેટ્રેપેટો માઇસીન**—ખાંડીના દરદોમાં રામખાણ... પેટના બલસર, પેરીટોનાઇટીસ આખના કુલાં મેનીનગાઇટીસ પલેમ, કોઠ, મરડો, ખરણ કલેમ રોગમાં સફળ નીવડી છે. ટાઇફોઇડ ફેવેરાલકવે પોથીયો ઉડો જખ્ખોમાં એની અસર હાની કારક જણાઇ છે કેટલાંક તમીમોએ ઉતારસો ઉપયોગ કરી દરદીઓના જ્ઞાનતંત્ર ખરાબ કરી નાખ્યાં છે. તેથી પ્હીટીસ મેડીકલ જરનલ એના દુર ઉપયોગ સામે સખ્ત ચેતવણી આપે છે. “એ હવા ખૂબ જ ભયંકર છે. જ્ઞાનતંત્ર ઉપર ગ્રેહી અસર કરે. કાન બહેરા કરે, મગજ ભારે ખનાવે, દરદી પોતાનું માનસીક સમતોલપણ કંઈમનું યુમાવી બેસે છે.” (કચસર-દિદ તા. ૧૩-૧૨-૪૯)

**કસોરો માર્ગસીસીન**—અમેરીકાથી આવે છે. ૨૫ મામની ૮ કેપસુલનો પેકેટ આવે છે. અતિ મોઢી કીમતને લીધે ફક્ત ચીમંતોજ વાપરે છે. ટાઇફોઇડમાં રામખાણ ગણાય છે. ઉદરાત મરડો ન્યુમોનીયા, માઉન્ટેન શીવર મૂત્રારોગો, નવા પ્રમેદમાં સિદ્ધ ગોત્રી સામીત થઇ છે.

ટેરામાઇસીન—દરેકર કું અમેરીકાથી, ૨૫૦ મીલીગ્રામના કેપ્સુલમાં પેક થઈ આવે છે. ૬ કલાકને આંતરે એક થી ૬ ગ્રામના ડોઝમાં અપાય છે. ટાન્સીલ, મસાના દરદો, ઇન્ફ્લુન્ઝા સેપ્ટીસીમીયામાં, જ્યાં પેનીસીલીન અને સ્ટ્રેપ્ટોમાઇસીન બેકાર નીવડ્યાં હોય ત્યાં વપરાય છે.

કોડાપાઇરીન—ગ્લેક્સોની બનાવટ છે. એમાં શીનાસેટીન, કેરીન, સેવીસીમેટ, કોડીન ફાસ હોવાથી અનેક દરદોમાં કામ આપે તાવ ખાંસી સારદી સંધીના માથાનું દરદ વારંવાર પીસાચ ડાયાબીટીસમાં ગુણુ આપે છે.

ઓરો માઇસીન—ડાયોરો માઇસીટીન જેવી મોધીલાત, ૨૫૦ મામની કેપ્સુલ, અમેરીકન પેટી 'લેડરલે' નિઠાસ કરેલી છે. ૬ કલાકે બે કેપ્સુલનો ડોઝ અપાય છે. તોળી સફળ પરિણામ નહીં આવે તો ત્રણ કલાકે આપવાની લઘામણુ છે ઉલ્લેખ મારીને આવતા તાવ, ન્યુમોનીયા, હડખી ખાંસી, પરમીયો, ટાઇફસ, ઇન્ફ્લુન્ઝા હરપીસ, ચેપ, કોલરાટ દુર કરે છે.

## સાદી સારવાર

કોલ્ડ એન્ડુઝન—સામડું ૨૦ સેર જેટલું ઠંડુ પાણી માથે બને શરીરે રેડવાથી હીસ્ટીરીયા બેકોસી દુર થાય.

કોલ્ડ બાથ—૬૦ ડીગ્રી F. ના પાણીનું ઝડપી સ્નાન કરવાથી અથવા બીજાં જગ્યા નેપકીન મુકવાથી થીમો તાવ, મેસેરીયા, ન્યુમોનીયાનું જોર ઓછું થઈ કોવત-પાચનને ઉત્તેજિત કરે છે.

કોલ્ડ શાવર—ગાંડપણ હીસ્ટીરીયા આંગલીના આંકડાં જુલાવો સાથાનું દરદ દુર કરે છે. ઝડપથી નાહીને ટુવાલ ધસવા મેડા.

કોલ્ડ સીટઝ બાથ—આંતરડા તથા જાંઘના સ્નાયુને કોવત આપે.

કોલ્ડ કુશ—કંડી ધાર રેડવાથી દારૂની કેફ હિતરે, ઇન્ટ્રીગર રાતે કંડી ધાર ઊડવાથી સ્વપનદોષ વિદ્યોગ દુર થાય. પીસાચની જગ્યામાં

ઠંડી પીચકારી લેવાથી મહીલાનો પ્રદર મટશે, સફરામાં ઠંડુ જલ  
ચલાવવાથી હરસમાં આરામ થાય.

૧ કોલ્ડ સંપ્રજ—પગે ગરમ પાટલી અને માથે વરફની થેલી મુકી ૬૦ થી  
૭૦ ડીગ્રીના પાણીમાં પાનલું કપડું ભીંજવી છાતી પેટ હાથ પગ વરમ  
કમર ઉપર ધસી સુકવી, ઘૂરત આદર ઓઢાડો. તાવ ઉતારે.

આઈસબેગ—રખરની બેગમાં વરફ ભરી ને માથે, મુકવાથી મગજમાં  
લાગેલો માર ઉતરે, તાવ ઉતરે. છાતી નીચે ચોક્ક જગ્યામાં વરફની થેલી  
મુકવાથી ઉલટી રોકાશે. પેટ પર લગાડવાથી તાવનું જોર ઓછું થશે.

કોલ્ડ ફૂટબાથ—ઠંડા પાણીમાં પગ કુખાડી રાખવાથી પગોની સક્રિય  
વધે, સોજો ફેડેડીઝમ ચોટ મોચ હાથીપગ અને ઉપસેલી નસોના કેસો  
ઠંડા ખારા પાણીની ધાર લેવાથી એને ઠંડા પાણીમાં બોળી રાખવાથી  
સુધર્યા છે.

હોટ બાથ—૮૫થી ૯૫ ડીગ્રીનો ટેપીડ બાથ સારી હાયક તાવનાશક  
છે. ૯૫થી ૧૦૦ ડીગ્રીનો ગરમ બાથ તાવ તથા ન્યુમોનિયામાં સારો. ૧૦૬  
ડીગ્રી સુધી હોટ બાથ સરદી ઇન્ફલુન્ઝા ન્યુમોનીયામાં પ્રબળ અસર આપે.  
૧૦૦ ડીગ્રીના પાણીમાં પગ કુખાડી વધુ ધમધમતું પાણી ઉમેરવાથી  
સલેખમ, ખલડ મેસર, માથાનું દર્દ, ઉભાગરો, કંપવા, આંકડી, દુર કરી  
મહીલાનું દરતાન ફરી ચાલુ કરે. રાઈની પોટલી ઉકાળી ખનાવેલાં પાણીને  
ઉપયોગ આ પ્રયોગમાં વધુ કામચાલ નીવડશે.

હોટ સીટઝ બાથ—૨૦ મીનીટ સુધી કમરભુડ ગરમ પાણીના ટબમાં  
બેસવાથી પથરી કમરપિડા દુર થઈ દરતાન સાફ આવશે.

ગ્રાસકાલીન બાથ—ગેલન ગરમ પાણીમાં એક કરામ સોદા ખાંડકાળ  
મેલવી તેમાં સેકવાથી ચામડીના દરદો આટિયુ દુર થશે.

મસ્તક ખાથ—ઉપર મુજમ પ્રેમાણુમાં રાખી જુદી ઉમેરી દમ મીનીટ ટપમાં બેસવાથી સરીરમાં હુકે મરખી અને ચેતન લારશે. ચામડીના દરદોમાં લાલકારી.

સી ખાથ—દરીયાના પાણીનું સ્નાન સ્ફુલિત વધકે છે. ખાસ પાણી ચાલે.

નીમ ખાથ—લીમડાના પાન ઉકાળી તે પાણી વડે સ્નાન કરવાથી ચામડીના દરદો મટે, શીર્ષા સરીરે લાલચોળ બને.

સ્ટીમ ખાથ—ખાસ કેપીનેટમાં બેસી સુકો બાફ લેવાય તે...નગોડના પાન ઉકાળી, નેતરની ખુરસી ઉપર બેસી, ચુરીરે ફકન બલેન્ડેટ ઓઢીને, તેનું વરાળ સ્નાન લેવાય તો ચામડીના દરદો, હડકવા, જાડાપણું, ચરખી દુર થાય.

હોટ વોટર બેગ—રબરની થેલી કરતાં હીંગ લસનનો બાફ સારો. કપડામાં લપેટ્યાં મરમ ધટેનો સેક વધુ ગુણધાયી છે. લોહીને ગતી આપે...અધીવા પિંડા દુર કરે...ડીપ-થીરપી જેવી નાસીર આપે.

આનબેગ—મુકાં યુક્તાની પોતલીનો કે નીમકનો મુકો સેક હાત તથા કાનેની પીડાપર વપરાય છે. એજ પ્રમાણે ખસખસ પોથનો મુકો સેક કે બાફેલા મુવાની પોતલીનો સેક લેવાથી કમરપિંડા વધરાવલ દૂર થશે.

લીનસીડ પોલટીશ—કપાલપર સેકવાથી સરદી ઘટે. છાતીપર લગાડવાથી એનટીફોલ્સ્ટીનનું કામ આપે. ખાંસી ન્યુમોનીયા હાથીયગ પૂર્ણ શુભગાંપર વપરાય છે. હથવાર વીના શુભગાં ફાંકવાનો અને છાતીને મરખી આપવાનો ગુણ છે.

ટરપેનટીન ફ્યુમજ—ઉકળતાં પાણીમાં ટરપેનટીનના ટીપાં નાંખી મોઢા તથા નાક માગે બાફ, લેવાથી ડીપથેરીવા ટોનલ્ટી. આસરેગ તથા હડખીખાંસીમાં ફાયદો થશે હામર (તાર)નો પણ બાફ લેવાય છે.

મસ્તક પલાસતર—રાઇની પોલીસમાં સહેજ મર્યાની છુટી હિમરો કાલમેનની રાઇ વધુ જલ્લદ છે. પેટપર મારવાથી અતિસાર બધું થશે. છાતીએ મારવાથી ઉલટી અટકશે. હાલ્ટપર મારવાથી જોર આપશે. મનુરો અસેથો બેલાડના સંધીવા ઉપર વપરાય છે,

ગારગદસ—આફુ મર્યા પાણી ઉકાળી કામળા કરવાથી રોનસીલ હીપથેરીયા સ્વરમનના તમામ રોગો નાશ પામે. મરમ જલ્લદ આફેમાં બોરેક્ષ કે ફટકી નાંખી કામળા કરવાથી સોજો અને અતિથિ થુંકે જોખું થશે. પરમેગનેટ અથવા થુકેવીપતસના પાણીના મરમ કામળા, જંતુનાશકે મોદાની દુરમધનાશક, ચેપનાશક છે. બલસીની ઠંદી આફે, બારસી વોટરમાં થુંદર, કાચું દુધ-પાણી, બાફેલા ચોખાતું પાણી અને મધ, મોદાના કાકાં સાફ કરી મળાને ચીકાસ આપશે.

એનીમા—ગરતીક્રિયા બધાને હાવતી નથી. રેહદમ સીરીન્જ (સફરાની ખાસ પીચકારી) લેવાની સુમમ પડશે. લીમના પાણી વડે કરમ મરશે, મરમ એરંડાની પીચકારીથી લકવો મટશે સાણુના શીશુમાં જરા કેસટર જોઈલ નાંખી લેવાથી કબજ્યાત તુંટશે, સોદા બાકકાબના પાણીથી હોબરીનો ખટાશ દુર થશે, કાખી બાજુ મુધને મોટે અવાજે ૧થી ૧૦૦ ગણવાથી પાણી જલ્લદી અંદર ચડે છે.

ગલીસરીન સપોઝીટરી—અચ્ચાએને એનીમાને બદલે ગલીસરીનની સલી સફરામાં અપાય. એનાથી સખત મલ પેચો થઇને બહાર આવે છે. મરમ એરંડામાં પોચા બારસોપની સલી ચાલુ લેવાથી સફરા ચીકાસે થઈ, કબજ્યાત તુંટશે.

નેઝલ્સ હુશ—એડરીનાધીન અને બોરીક મરમ પાણી સાથે નાકમાં અપાય છે. છુતસીનો રસ કે લીંબુનો રસ પણ મરમ પાણીમાં આપવાનો રિવાજ છે...મરમ પાણીમાં સોદાની પીચકારી, જોમુતરમાં બજમો ઉકાળે તેની અથવા પરમેગનેટની પીચકારી કાનમાં અપાય છે.

આઈ વોશ—ખાંડુ ઠંડુ પાણી હિતમ છે. કાંઈ વખતે હુંકા પાણીમાં  
ગારીકને ઝીંક બોલાવેલ મેલવી વપરાય છે, મધ પાણી રોગ્ય છે.

## અંગ્રેજ પેટન્ટ દવાઓ

એગારોલ—પેરાશીન ૩૧, શીનેલથેલીન ૧૧, જેલીનું ઘાસ ૦૧, ગળી-  
સરીન ૧૩, ગરમ પાણી મેલવેલ (હરસ)

એલટ્રીસ કોરડીયલ—રોકુમેરીયા, હીલેનીયાસ એલટ્રીસ (મહીલારોગ)

એનજર ઇમલશન—પેરાશીન ૨ ક્લામ, ફલસીસોડા હાઇપો. ૮ એન,  
ગલીસરીન ૨૫ દીપા સોડી બેનઝોટ ૨૧ એન, કટીરા ગ્રુ'લર ૧ આલિશ

બીયામ પીલ્સ—એલીયો ૫, સુક ૫૫, સાથુ ૧૮ (કમળપાત)

બેનગુ બાલસમ—બેનથોલ ૧૮, સેલીસીનેટ ૨૦, લેનોલીન ૫૪. લાઇ ૮

બી-જ ફોસ બી વાટમાન ૩ બન નીકાલીનમાઇડ, ફેલરી ગલી-  
સરો ફોસ સોડા, પોટાશ્યમ મંગાનીઝ, આલકોહોલ, (નખળ છ)

બાઈકોનેટસ—બાઇન સોલ્ટ ૧, એક્સ કાર્બ સામેઝ ૧, શીનેલથે-  
લીન ૧૧, જાંજર ૧ (કમળ)

બાઇલ બી-સ—એલોખન, એલચી પેપરમીટ, ઘઉં, ઇન્દ્રામણી  
આમલા પાવડર, પાણી સાથે વાપરેલ (અજરણ)

બીસુરેટ મંગાનીશીયા—બીરમથ કામ ૮, બાઇકામ ૪૦, મેઝ  
કામ ૧૨ (એકકાર)

બોમાલીન—વેલેરીયન અરક ૪, નવસાર ૦૧૧, કોલારન લાઇક્રાસ ૪,  
પોટાશ બ્રોમાઇડ ૪, સીરીપ ૧૦૦, ટ્રીટીલ વોટર ૧૦૦, (હીમીરીયા)

સીરપ ફીગસ—એક્સ્ટ્રે. સેના, વાળુ તેલ, સુર, મેનથોલ, લવંચ  
અંજર સીરપ સુકા કાલા અંજર બીંગવી સવારે ખીવો. (કમળ)



ફોસ્ફોરિક—શીનેલથેલીન, યોકલેટ, કેસટર એલ્ટ્રા (કમન)

કાર્બર લીવર પીલ્સ એલીથો પોડોશીલીન, જોડીમધ, આલો (લીવર)  
એમબરલેન કફ—કલોરોફોર્મ, સેનેગા, છપીદા, જંગલી ચેરી, કાંદાનો  
રસ એકલો મીઠાનો ભુકો, ઘોડાવજ કે આંકડાની જડ આપો, (બલગમ)

ફ્લોરો બલક મીક્ષચર—પોટાશ આયોડાઇડ, સ્પીરીટ એમોનીયા  
કલોરોફોર્મ, કેરમ્બ, પાણી (લોહીવિધર)

ક્યુટીકરા મલમ—પેરાફીન, સલ્ફર, ટરપેનટીન, મીથુ, (ચામડીના  
રોગો)

લાકીનડામીધાના પીલ્સ—કામીધાના, એરબ્રચલો, કેનથરાઇડીસ,  
ફોસફરસ (વિચરોગો)

D. D. D. લોશન—સેલીસીલીક ઝા, કારમોલીક ૧૧, મેથીલ  
સેલીસીમેટ ૧, મલીસરીન ૬૫, સ્પીરીટ ૩૬, પાણી ૧૦૦; (ચામડીના રોગો)

લીવીટસ કીડની પીલ્સ—ગોખરુ બકુલ સુરોખાર કાસકારા (કુત્તારોગો)

એલીક્સીર નાગોડીન—ફોસફરસ કેલ્શીયમ, મેગ્નેશીયમ, મેનેડીયમ  
આરસીનિક આઈકોહોલર (ખડી, રક્ત)

એલીમિન્સ એપ્રોકેશન સરકો ૧૮ કોટલા સાથે હડરાપ ટરપેનટીન  
૩૦, ધુર, (સંધીવા તેલ)

ઇનોલ ક્રુટ સોલર—આઇડાઇ, ટારટેરીક સોલ સાઇટ્રેટ (પેટના દરદો)

ઇવાન્સ ઇરોટ પીલ્સ—ટરપેનટીન, મે-થોલ, કલોરેટ, મોરાલ,  
જોડીમધ બાવન ગુદર, ખાડ (કુત્તારોગો)

ઇસેનોફીલ—કસીનીન સલ્ફ, એસીડ આરસેનીક, ફેરી સાઇટ્રસ,  
કરીયાતું, ફેરી એમોન્યા સાઇટ્રસથી ખડી ઝાડો શીકાસ મટે, (મિલેરીયા)

ગાય ટોનીક—ફ્રેસફ્રેરીક એમીડ, ટીંકચર કોબનીલ, એનશન ક્લોરો ફોર્મલિન પાણી. (નળજાઈ)

ગલીકોડીન દરુપ વસાકા—એનટીમ ટાર્ટ, ટરટીન હાઈડ્રેટ, કોડીન ફોસ, મેનથોલ, સીરપ ટોલુ, સીરપ વસાકા. (ખાંસી)

હુર આસ્થમાં કથોર—પોટાશ આયોડાઈડ, ટાર વોટર, વાઇન. (આસરોગ)

કરુશન સોલ્ટ—સોડા સલ્ફ, એપસમ સોલ્ટ, ટેમ્લ સોલ્ટ, પોટાશ ક્લોરાઇડ, પોટાશ આયોડાઈડ, જવખાર, પોટાશ સલ્ફેટ. (સંધીવા)

હોલોવે મલમ—માખણ, મીણ, રાગ, કેનથેરાઇડીસ, કેનેડા બ્લાસમ બનથ્રાઇનું તેલ, બાલસમ પીર. (આમડીના દરદો)

કોલીનોસ પેસ્ટ—ફેલ્સી કાળ, સાણુ, પેપરમીન્ટ, યુકેલીપતસ, ગલીસરીન સેકરીન, બેનઝોઇક એસીડ, ચાઇમોલ, (દંત રોગ)

લાક્ટો પેપટીન—હાઇડ્રોફોલો એસીડ, લેક્ટીક, ડાયસેટેસ, પેનક્રીયાત પેપસીન, લેક્ટોસ. (પાચનની દવા)

મકેનઝી કોલ્ડ કથોર—સીનકોના સલ્ફ ૮, એન્ટીફોન ૭, ટાફર, પાણી ૧૧, કપુર ૪૨. (સંજેખમ)

મીસ્ટોસ—કપૂર મેનથોલ યુકેલીપતસ પેરાશીન. (નાકના દરદો)

ન્યુરો ફ્રેસફ્રેટ—સોડી ગલીસરોફોસ, ફેલ્સીયમ, સ્ટ્રીકનાઇન, ફ્રેસફ્રે-રીક, લેક્ટીન, દાર. (નળજાઈ)

ઓવલડીન—ગોલ્ટ એક્સ્ટ્રેક્ટ, દૂધ, છાં, કોકો, લેસીથીન. (કમળેરી)

ઓપ્રીકજ લગ ટોનિક—ટોલુ બાલસમ, વરીયાલી તેલ, લવંગ તેલ, ધપીકા, ક્લોરો ફોર્મ. (જાતીના દરદો)

પેપસ—એડીમથ શીરો, વરીયાલી, પેપરમીન્ટ, ટરપેનડીન. (લુની ખાંસી)

પાલાલ—મોટ ઝેલ્ટ્રેકટ વાઇટ ગેરી, કેલસી ગલીસ-ફેસ, સોલ  
દાર. (જુની ખાસી)

પેન ઈલર—મર્યાતુ ડીંગર, કપૂર, રેક્ટીફાઇડ સ્પીરીટ. (ચળ વેદના)

ફ્રાઇફરીન—કપીનીન સલ્ફ, ફ્રાઇફરીક, સલ્ફ્યુરીક, દાર, પાણી  
કપીનો હેમોજન—કપીનીન, ઝેરોલ્યુ, નવસાર, હીમોજન, સોમન  
તગતુ તેલ. (મેકેરીયા)

સારગોલ—ગ્રીક ફેસ, લેસીથીન, કેલસી હાઇપોફેસ, સોલ, પોટાશીયમ  
ઈલની સફેદી, પ્રોટીન, ખાંડ(વજન વધારે)

સ્કોટ ઈમલશન—ફાઇલીવર તેલ, ગલીસરીન, કેલસી હાઇપોફેસ,  
સોલ બાવલનો ગુંદર, એસેન્સ. (ખહીને ખાસી)

સ્કીડમેન મુથિંગ પાઉડર—ફેલમલ, ખાંડ, સ્ટાચ. (અચ્ચાના દરદો)

સ્કોન લીનીમંટ—ટરપેનટીન, નવસાર, મેથીલ સેલીસીયેટ, પેરાશીન  
મર્યા, (મેલ, વેદના)

ટસેનોલ—ઝેરીડરીન હાઇડ્રો, અગમના કુલ, ગલીસરીન, સ્પી.કેલોરો  
ફેમ, દાર. (ન્યુમેનીયા હાખીખાસી)

વેનોઝ કફ કથોર—ગલીસરીન, દાર, કલોરોફેમ, ગ્રીનડીલીયા. (ખાસી)

વોટરપ્રરી કમપાઉન્ડ—મોટ ઝેલ્ટ્રેકટ, ફાઇલીવરતેલ, લીવર,  
સપલીન, ગલુકોલ, સોલ હાઇપોફેસ, કીયાસોટ, વાઇટગેરી, યુકેલીપ્તસ,  
મર્યા રૂન્ટા, જોનસન, પ્રુસબો. (ફિંસાના દરદો)

ગુવર્ડ માઇપ વોટર—ગાઇકાળ, ગુર, વરીયાલી, મુવા ખાંડ, દાર,  
પાણી. (પેટના દરદો)

ક્રોમ્યુક—યુકેલીપ્તસ, રાળ, પેરાશીન, લીલોરંજ. (ગામડીના રોગો)

ઝેરબોલ—ઝીરીફૂન હાઈડ્રોકોર, ઝયોનીન, બેક્ટાલ, ગત્રીસરીન,  
ટરપીન હાઈડ્રેટ. (ખાસી)  
(વિપથા ગુરખા લેનસેત મેડીકલ જરનલ, અને રીસન્ટ રેમેડીઝના આધારે  
લખ્યા છે.)

## દેશી પેટન્ટ દવાઓ

ઝાનો કેપસુલ—આસંધ રસાયન યુથુ, બંગ, જસન, સુવથુ માક્ષિ, સુવથુ રાજ બંગ... પાણી સાથે બે વખત લેવાથી પ્રોરેટ પ્રમેક ડાયાબીટીસ નામરદી વાંઝટ દુર થાય. (ઉચ્ચ દામરેસી)

શાહેલી—અશોક લોધર દર્ભ વિઘરીકંઠ નાગકિશર બનદસાં ધાવડીના પુલ આસંધ ગુધાન અરકુસી છરં કમળ મોથ મંજી સતાવલી પીપર... મહીલાના તમામ દરદોને અંત લાવે. (અલીમ દામરેસી)

ઝેન ટોનીક—આમલા પીરતાં આસંધ બ્રાહ્મી શંખાવલી ધોડાવજ મગજ તથા યાનતંત્રના તમામ દરદોનો નાશ કરે. (વિમાન્ય પ્રોડક્ટ)

કેલશીયમ ટેબ્લેટ—પ્રવાળ મોનીછીપ ગાદંતી સાબરસીંગ વાંસકપુર જેઠીમધ આસંધ ઉપલસરી... દાંત હાડકાં રીફ્રે લેલીવા ખદીરાગ મટાડે.

કાયાબિટીસ ટેબ્લેટ—જેઠસીંગ ગુપ્તાર જાણુનાખી સૂંઠે થીલાજીન એફીટાન ટેબ્લેટ—જેઠીમધ અરકુસી સૂંઠે સે.મલતા... છાતીના રોગો જેસ ટેબ્લેટ— મેથી સુવા સંનળ... અથવા કાચકા મરી રીકામલીની ગોળી... જેસ કબજ્યાત હરનીયામાં આકરીર.

ખહીનું ચાટણુ—વાંસકપુર, અમક ૧૦૦૦ પુટી, મોતીની પીપ્પી, સુવથુ વરમ મધ... નખળાઈ ખહી માટે રામગાણુ

નામરદીનું તેલ—ખીરજીટી કુકરની ચરખી, માલકાંઠણી તેલ... આ તેલ લગાવવાથી કમજોરી દુર થાય.

હાટ ટોનીક—ઝહેર મહેરા, સાગરમીંગ, અવાગ અરબુન કમન મહુના કુલ અજક...હાથાસ તથા હરદય રોગ.

શીસમી સદીનો હેરગાઇ—દસ તોના ગામડી કેસર ઓછામાં ચાર ચમચી ફાણી પાઉર મેવવી ચુનાપર ચાર જોસ આપી ગળી શીશી ભરા... સધામત સરતો અને સચોટ હેરગાઇ છે.

હેર ટોનીક—રસવંતી હાથીદાંતની રાખ તથા તેલમાં ઉકાળી લગાડો...નવા ખાલ ઉગે...કેનધારાઈડીન કરતાં ઉત્તમ.

કેશ કાળા—રસાયન ચુર્ણ બે વખત દુધ સાથે લેજો. ભાંગરા, કાલાતમ, આમલા સમુદ્રજી છુટી, ઘીમાં ધુટી રાખી ચાટો, અને દુધ ચોખા અથવા ખીચડી ઘી બે વખત જો.

મરડાની ગોલી—એકપ્રક ધનદરજવની ગોલી...અતિસાર સંગ્રહણી.

એનીમીયા ટેબલેટ—અંબર કસ્તૂરી મોતી સાટોડી ભાંગરા લીમડો કકુ...શીકાસ તથા લોહીની કમી દૂર કરે. (દિમાલય હરમ)

લીવર પીલ્સ—કાસની મકાય કાચમેથ લાંગરા...ચેાકસ ફેનેક.

અલ્સરો પીલ્સ—કાચકાં કરીયાતુ લીમડો 'ઝેરકાચનું' કાપીછરી, સાતવીનની જાલ મરી ગલો વીગરે...મેંમેરીયા અરગી ખડી કાપાખીડીસ

ચંદ્રોદયની ગોલી—કપૂર કસ્તૂરી સોનું કેસર કમલી...ખાદી આસરેગ કમજોરીની પરમ ઔષધી.

પાચોરીયા પાઉર—ખાવણ ખકુલ લીમડો તેજખળ વગરદંતી

એવેમપી—સુંક એલીયો છૂં તજ અરકુમી...તાવ કમજખાત હાથ પાસી સલેખમ ચૂંકા દૂર કરે.

બાલગોલી—અનિવિય કાકડસીંગ નાગરગોથ પીપર...મધમાં  
ચટાણવાથી સર્વે રોગો દૂર થાય. ઘેરમાં રાખો.

ટૂંસીંગ ઓઘણ—કુવાર લીમડો નગેડ સૂંઢે ત્રિકળા ઘોડાવજ કપુર  
વજનાગ મર્પાદેવ...તંત્રના તેલમહિકાળે. પાકીં ગુમર્ગ મસા ભર્મદર.

એકઝીમા પાઉકર—બાવચી ગંધક મરી કલાઈ સહેકો...પાણીમાં  
સગાડો.

જખાહર મોહર—માણેક પના પ્રવાળ મોતી ફરખા સંગેશમ  
સોનું ચાંદી અખર કસ્તુરી સાબરસીંગ દરીમાઈ નાળીયેર ગુલાબજલમાં  
ધુંડી રતીઆરની ગોલી બનાવી છે...દુધ સાથે લેવાથી મરતાને જીવડે,  
હાંધુ મટાડે. અમરાઈ દુર કરે, દરદખને લગતી તમામ ફરીયાદો જતે.  
અંતકરણના દરદોની આ અચૂક પ્રયુક્તતા જીવનરક્ષક માત્રા ખીસામાં  
રાખો. (સિંધ કામંધી કાકડખાદેવી)

હરસયોગ—તલ મધ પીપરીમુળ નસોતર નાગરં જીરં અખમો વરીયાલી  
કિંગ ગરમાળો. સિંધવ ઇનદરજવ ત્રિકલાં ત્રિકટુ બીલમો ચિત્રક અને શુરથુ  
...હરસમાં સુરણ વતક અઝીર છે.

અખલ્લ સંજીવની કલ્પ—વરીયાલી સતતલ્લી સાટોડી મંજી  
અશોક...મદર લોહીવા સોળ બર્લાંસપની ખાખી દુર કરે.

આરોગ્ય મીઠ્ઠાચર—હરડે સાકર દરાખ લોહ તાંબુ કુવારની મેલવણી  
...પેટ સાથે લાગી તંદુરસ્તી વધારે.

એનીમોયા પિલ્લસ—હરડે વાવડીંગ ચિત્રક ત્રિકટુ ચાંદી મંકુર  
સુન્થુમહિકા...કમલો સંમહણી પંકુરેંગ દુર કરી લોહી વધારે.

મધુમેહ હારક—નાગલરમ શીયાજીત જાંબુઘનાખી સંતરંગી,  
બીલીના પાન, કડવા લીમડાના પાન...પીસાખની સાકર જમ કરે.

કાસેડો—જોડીમંથ નરસાર લોહ અરુસી બહેડાં વરીયાલી હડખી ખાંસી બલગમમાં ચમત્કારી... (અહમદનગર કામગીરીની પેટંટ છે.)

દયુમરની ગોલી—કબલી ટંકન ત્રિલા ત્રિકટુ હરતાવ વળામ તાંશુ નેપાલો. ..અંદરની ગાંઠ પમરી દયુમર પીગવાવે.

હીસેન્દ્રી પીલસ—મોથ ખીલાં ધનદરજવ અને જુચની રાખ...મરડો અતિસાર સમદણી વીકણો ઝાડો ગેસ મટાડે

ગળાંની દવા—ત્રિલાં છાંમળવ માયદળ અજમાના પુલ અને મંથ ટોનસીય ડીપયેરીયા ગલાના દરદો, લગાડવાથી દૂર થાય.

ખોખલીની દવા—વાંસ ક્યુર તથો પ્રવાળ એલચી...ચુંચનો દંસો બંધ કરે.

નારે ઝોપધ—ગીની વરમની દવા છે. શુદ્ધ રસરાગ નવસાર હલદ...ધી સાકર અથવા મંથ સાથે બે વાલ ખાવા અપાય છે.

પાયક રસ—આદુ લીંછુ સંચળ હિંગ...મંદાગિ માટે આ દવા અકશીર શિવ પિંડ—જહેરા મહેરા માસિક ગેર પ્રવાળ ગાંઠની સોદા...દુધ સાકર સાથે આપવાથી દળાણુ એણું થાય, દરદ મટે.

ખાલકકું—દરાખ એલીયો હરડે તાંશુ લોહ...તાવ ખાંસી ચકરી મટાડી પેટ સાફ રાખે, દુધ પચાવે.

‘મુકુલ’—આમલા ભાંગેરા ચિકાકક કાપરેલ...ખરતા બાલ અટકાવી નવા લાવે.

‘રકત દોષાતંક’—ધાના સાકર રેવંચી ચોપચીની દારૂહલદર ગોખર સોનામખી હરાખા મંજી સારીખા...ધાતુવિકાર ગરમી ચામડીના દરદો લોહી વિકાર દૂર કરે છે.

નિદ્રાદેવી—સુંઠ સોનામખી સુંઠાં માસિક...ઉંઘ લાવે. ગળે રાધનું પલાસ્તર મારવાથી, કંઠનો ઉઘાળો પીવાથી, રાધ પાણીમાં પગ સેકવાથી ખંભુર ચુસવાથી ગ્રાળ-પીપરીમુળ ખાવાથી ફળુ ઉંઘ સારી આવે.

જમાની—નખફલ કેસર એલચી અરીણુ ભાંગ કસ્તુરી કુચલા સેલું કંજલી...દુધ સાથે પરણેલાઓને, દસ્તાન પછીના ૧૬ દીવસો આપવાથી શક્તિ વધી પુત્ર પ્રાપ્તિ થશે.

સુવર્ણ કંદુ—ગસો પ્રવાળ સાબરસીંગ અલક (૧૦૦૦) સેલું દુધ સાથે ૪ વાલ આપવાથી ખઢી દુર ચાલ છે. રૂદ્રપદમાધરીન જેવી જલ્દત જંઘનાશક અસર છે.

દશાજનો મલમ—ખોરીક સેથીસીનેટ ગોષ્ઠવસીટ્ટાનેના વેસ્તીન કાષ્ઠોદેનીક.

ખરજવાં ગુમઠાનો મલમ—ખોરીક ગ્રીક ગોષ્ઠાધક ગંધક કપુર મનશીલ ડોલોમલ રસકપુર કારખોલીક લુનું ઘી (અથવા વેસ્તીન)

સ્કાર મુરખા—ખોરીક ગ્રીક સલફેટ ડોલોમલ ફટકડી.

દાંતમંજન—ચીનીકબાલા લવંગ માયા તજ ચાક ફટકડી દંત મોરચુચુની રાખ...દાંત મજબુત બનાવશે.

સોળા શનુ—હીમજ આમલા સુરોખાર મોરચુચુ છુટી મેઘરી રાખો. ગૌમુતરમાં કે પાણીમાં લગાડવાથી સંધીવા સોળે દુર થશે, ગુમઠા કુટી રહેશે.

ઝેર નિવારણ—ધામલેટ પેપરમીટના પુલ કપુર કારખોલીક મુકેલીપતમ...લગાડવાથી અને સુંઘવાથી સાંપ વીંછી કુતરાનો ઝેર ઉતરે.

ઢઢ રોષ—તજનું તેલ લવંગનું તેલ કારખોલીક ઝેરીક કીયાસોટ કાથો કપુર હીયળોલ...દાંતની કેતરમાં આ દવાનું ખેલું મુકે.



થસારા—સુંઠ હીરાખેલ, આંખાદબદર, મેઘાનકડી, રેવંચીશીરો, સાણખાર, લેધર, કપુર, ફટકડી, સ્પીરીટ...માર ચોટ, સોજો, ડંખ, ન્યુમેનીયા, કંથમાળ, ટોનસીન ઉપર બહારથી લગાડો.

નિલકંઠરસ—ગોરચુથુની ભરમ ફટકડી ત્રિફળા હ્રિમજ સમુદ્રકળ, બોદાર કજલીની ગોલી...ઘીમાં બપેટી સવારે સંજે ગળવાથી સીરીલીસ કોલવાટ ગરમી ચાંદી દુર થાય. હીંગ તમા ચનાની બીજોની મનાઇ છે. તેમની છુટ છે. પેનીસીલીન જેવી અસર આપે. તૈયાર મલે છે.

સુવર્ણ દ્વીરીરસ—કાથો એવચી ઘરડી...કમણપાત લોહીરીકાર નમ જલોદર ઝાંખ વીસફોટકમાં રામમાણુ છે. ત્રણ ગોલી એ વખત લેવી.

કાનનાં ટીપાં—અરીથ કપુર અર્ક<sup>૧</sup> ગનીસરીન લેવેન્ડુલા ટીંક્યા મેલવી નાખો...ગનીસરીનમાં સળગનો રસ, અથવા મધમાં કાદાનો રસ નાખો.

રામખાણુ તેલ—માલકાંઠણી તેન ટરપેટરીન કપુર યુકેવીપસ મેલવો... આ તેલ સધીવા લકવો ન્યુમેનીયા તથા વાયુના દરદોમાં માલીસ કરો. મોંધું પડે તો ધાસવેટ-યુકેવીપતસ મેલવી વાપરો.

ધરધતુ સાણુ—અરીદાના છુકા સાથે મુલતાની માટીનો છુકા મેળવી વાપરશો તો સાણુ કરતાં વધુ સફાઇ આપશે.

## રસોડામાં દવાની પેટી

મોસનો મહાન તખીય કહી મયો છે કે જોરાકમાજ તમારી દવા છે. નહારને રટ્ટીટનો વીસ વીસ સોનાના સીકકા બોઝાવનારો તખીય કહે છે કે “બગીચા રંધણી અને જોરાકીના કળાટમાં તમારો તખીય અને દવાખાણું છે.” ગોળ અજમાના ઉકાળાથી રૂમેટીઝમ મટે. યુરોપીયન લોકો એ કામ માટે સેલેરીનો ઉપયોગ કરે છે ચુરદાની બીમારીઓ વાળાને ચોલાઇ કે ખાલક ભાગનો સુપ પીવા બવામણુ છે. પરસેવો વધારી ગલીચી ફેંકવા

ડંટરા સતાવની કે લીજુનો ઉપયોગ કરો. ચરદી, ખાંખી, ઇન્દુલએન્ડા ખડી  
તથા કુતરાના કરડનો ઉપાય ફક્ત એક જ છે. કાચે દાદો ખાઈ લેવો. પીસાળ  
ઢિંડાવાનો ગ્રુથ લાલ પ્યાઝમા છે. રોજ કંઈ ખાવાથી ચહેરાની સુંદરતા  
અને ચમક વધે, સાલીત સાથે કંઈ ખાવાથી ગોવરું શીતનાનું ચેપી  
આક્રમણ અટકાવી શકાય દુધ વિનાની મરી-કુદનાની ચાહે મચેરીયા દુર કરે.

(૧) વેગણાથી વાલુરોગો, અનેનાસથી ડીપથેરીયા, બીજેરાથી બરણ  
શીતાઈથી મોતીયો સલગમથી હાખી ખાસી મટે. (૨) લસઝુથી હીરટીરીયા,  
માખશુથી જુનાવો મટે. (૩) મેથી વડે હગ્નીયા, કાચમીરી પેરથી પથરી  
મટે. (૪) મુરેયુથી હરસ, મુરાથી મદાનિ, આદુમથથી ચાસરોગ મટે. (૫)  
દાઢમથી અતિસાર, બીંડાથી ધાતુરોગ મટે, (૬) ખટુમરા બાજુથી આમણ રોગ  
મટે. (૭) ખજુરથી નામરદી મટે. (૮) દોધીથી ઝેરી અસરો મટે, (૯)  
લી ધસવાથી મસ્તક પીઠા મટે. (૧૦) આમલીથી સંગ્રહણી મટે (૧૧)  
જોંજુના હળીયામાંથી છુટી પડેયું દસ્તાન મટે. (૧૨) સફરચથી પાયેરીયા  
મટે. (૧૩) કેળાથી ટાઈફોઇડ મટે. (૧૪) ચક્રંદરથી લોહીની તંગી મટે. (૧૫)  
કારેલાથી હરમ કલેજુ અને ડાયાબીટીસ મટે. (૧૬) કોપરેયથી કાળાસ મટે.  
(૧૭) ગાજરથી કમળો અને ખડી મટે. (૧૮) કેળીના રસથી વીટામીનનો  
તંગી મટે (૧૯) સાલીત સરકાથી લોહીનું જમાણું મટે. (૨૦) મથથી  
સહેલા જખમ મટે. (૨૧) ગરમ ઝેરયુ લગાડવાથી નાકની કુલેની હાજી  
મટે (૨૨) ઉટડીના દુધથી જલદર મટે. (૨૩) લીંજુથી કોલેરા મટે. (૨૪)  
તાંબોતાથી કેન્સર મટે (૨૫) અજમા જમરૂખથી ખાવાસીર મટે. (૨૬)  
અખરોટથી હૃદયરોગ મટે. (૨૭) ચોખાના ધુવનમાં જીરૂ સાકર પીવાથી  
મોઢાની માદી કેન્સર મટે (૨૮) કમર પીઠા અને ધાતુ રોગ મટે. (૨૯)  
જાસથી કલંક, સરસીયા તેનથી કોઠ મટે. (૩૦) જાવડાથી અનેદા મટે.  
(૩૧) સાણનાથી ખડી અને પાતળાપણું મટે. (૩૨) હિંગ લસનના  
ખાકથી જાડાપણું મટે. (૩૩) હલદના ધુમાણથી નાક રોગો અને હીરટીરીયા

મટે. (૩૪) સોપારી રાખથી ચાંદો મટે. (૩૫) ચંદન તેલથી પીસાળની રસી મટે. (૩૬) જામથી કીર ખજવાળ મટે. (૩૭) સાકર ચુસવાથી અનિ-સાર મટે. (૩૮) સુવા બાજીના સેકથી જેસ અને વધરાવળ મટે. (૩૯) સેવતી પુલની ચાહેથી ગાંડપણ મટે. (૪૦) વરીયાળાથી નેત્રરોગો મટે. (૪૧) વાવડીંમ અથથી અસાધ્ય તાવ ખાંસી અરચી કરમ મટે. (૪૨) વાવડીંમ-અજમાથી કમજબાત મટે. મેથીની બાજીનો રસ સવારે પીવાથી ગાંઠ તથા કંઠમાળા મટે. (૪૩) જુનેલા સકરકંદ ખાવાથી ખડી તથા ધાતુ રોગ મટે. (૪૪) બે/કાળાના રસથી ગાંડપણ મટે. ઉન્માદ અને લોહીનું દગાણું મટે. મરચાંથી જેસ અને મંદાગ્નિ મટે. બીજોરીથી બરલ, બાવળના પાન ચાવવાથી ટોનસીલ, કુદીનાની ચાહથી કરચડી મટે (૪૫) પીસ્ટાથી બેળની નજબાઈ, તલ માખણ સાકરથી લોહીના મસા, તુલસીથી તાવ, ચિત્રુથી પીસાળની ગરમી, ખસખસથી પાંચ ગળોના તવાની, ખસખસ પોસ્ટની ચાહેથી અનિદ્રા સળેખમ શ્વાસ રોગ કયાબીદીય મટે, (૪૬) પોસના શેકથી સોળ વેદના, મેથીયાના અચારથી પેટનો અમળાટ, રાસબેરી જામથી અતિસાર, સુકા અંજીરથી ગળાનો ખખળાટ અજસીની ચાહમાં અજમેો મધ ૨૦ દિન પીવાથી પુરાણો શ્વાસ રોગ મટે. (૪૭) અજસીની પોટીસથી ટોનસીલ, ગલસુડા, અરીઠાના પાણીમાં ખસખસ પોસ લગાડવાથી હાથીપગ મટે. અરીઠા પાણીથી જી, રતાધોળા આધારીથી ઝે, ઝસસ જુડીથી મરડો મટે, સુંદના ઉકાળામાં એરંડુ પીવાથી વધરાવળ, સારણગાંઠ, પેટની ખીજ મટે; (૪૮) એપેન્ડીસ ૮૪ વાયુ રોગો મટે, (૪૯) આકા પાનનો રસ સુખચ તેલમાં મેગવી નાખવાથી બહેરાય મટે, (૫૦) કાનની રસી, કવેકર એટના બાકથી હાથીપગ, મટે, (૫૧) એલચી સાકરથી લોહીનું વધેલું દગાણું, એલચી જીરાથી ટોનસીલ, કાળી કાશીમાં નીમક પીવાથી છાતીની નજબાઈ મટે. (૫૨) કુળથીના ઉકાળાથી મુત્ર કૃચ્છ, કુળથી ઉકાળામાં સુરોખાર પીવાથી પથરી મટે, (૫૩) કાલુથી સંધીવા, કાંઠ મટે (૫૪) આમલી લગાડવાથી અજાઈ, દહી-મરી-ગેળ ખાવાથી નાકના દરદો

અને હીરદીરીયા મટે, (૫૫) મધપાણી પીવાથી ઘઠ, મધપાણી ટપકાવવાથી  
 અખિના રોગો મટે, (૫૬) આમઘા યુષ્ઠી કીર. ખરજવા અને સદે  
 આલ, ઉમરનું દૂધ ફક્ત બહાર લગાડવાથી ટેનસીસ કંઠમાળ, કમરખનો  
 રસ લગાડવાથી ઝાંઘ, રાઈ-માખણ ચાટવાથી લકવો મટે, (૫૭) સરકે  
 લગાડવાથી દાદર દરોજ મટે, (૫૮) નીમકનું પાણી આંખમાં નાંખવાથી  
 નીચ્છી ડંખ, આંખમાં ખાઈ પાણી ટપકાવવાથી ઝાંખ મટે, (૫૯) લીંછુની  
 ચીર ધસવાથી ખરજવા, કોપરેલ લીંછુ લગાડવાથી વેદના મટે, (૬૦) તાજી  
 રેવંચીના પાન (શાખા) ખાવાથી પેટ સાફ આવી શીજશ થીતપીત,  
 અનેનાસની ઘાવ બધિવાથી આંટણ, જાંજીલ ખાવાથી ટેનસીસ મટે, (૬૧)  
 ટેડા પર રાઈનાં સ્ટ્રાસ્ટર મારવાથી કમરખોડ મટે. (૬૨) ખારેક—અજમે  
 ખાવાથી હરનીયા તથા જલંદર મટે, (૬૩) અજમે સચળ ખાવાથી ગેસ,  
 અજમાની કોશી પીવાથી મોટી ખાંસી. મટે, (૬૪) ધાયેનું માખણ લગાડવાથી  
 કીર ખરજવા મટે. (૬૫) માખણ મધ ચાટવાથી ખઢી, બદામના તેલથી  
 જાનતંત્રની નજળાઈ મટે, (૬૬) કરમદાથી ફિઝાચ, જાંજીલ આસવથી  
 કાપાળીકીશ અને પાંકુરોગ, અનેનાસ ખાવાથી અને નુગોડ ઉકાળાની  
 પીચકારીથી ટ્યુમર, મટે, (૬૭) ખાવાના સોડા સાથે લીંછુનું પાણી  
 પીવાથી લોહીની ગાંઠ, સંત્રાની જાલની જુકી લગાડવાથી દાંતના રોગો મટે,  
 (૬૮) મુંઠ તપકીર લગાડવાથી દાંતના રોગો પાયેરીયા મટે. (૬૯)  
 સીતલિલ રસથી કરમ સામાદીક અને કુકડીમાં ખાંસી મટે, (૭૦) ચોખાના  
 ધ્રુવનથી અતિસાર મરડો, પારસલીના પીસેલા પાનથી સોજનગાંઠ, ચરખી  
 મટે. (૭૧) પીચના ટળાંચથી કાળા કાલા મટે, (૭૨) માખણ દલદ સાથે  
 લગાડવાથી શીતળાના આઠા, લીમડ પાનથી ગુમડાં, પાચી, કનસર લોહી-  
 વિકાર મટે. રાઈના પાણીમાં પગ સેકવાથી માથાના દરદો મટે, (૭૩) પમના  
 ફેલતર સંધીવા મટે, અલશીની ચાહે પીવાથી પ્રસવવેદના મટે, અળશીની પોટીશમાં  
 મુંઠ નાખી સેકવાથી ન્યુગોનીયા મટે. લસણની કળી ધસવાથી નવા ખાંચ ઉગે.

કાકરીની છાત રોષણીમાં મુકવાથી કસારાં જાય. (૭૩) જલદ દારીથી  
 જુપીંગ, કક, દારી-ધુમાણથી ગંદકી, લવંગના તેલથી ઉલટી મટે. (૭૪)  
 ગરમ પાણીમાં મુકેલીપટસના ટીપાં પીવાથી ગળાના રોગો મટે. (૭૫)  
 લવંગની ચાલેથી માયાનું દરદ લવંગ તેલથી દંતપીગ, મટે, (૭૬) ગાગર  
પોટીસથી ફેનસરની ગાઠો, કાખીરસથી પાંકુરોગો, રોવંતીના ફુલ ઉકાળી  
 પીવાથી મહીસા રોગો મટે, (૭૭) નાળાએર પાણીથી અડગરી મટે.

## સવાલોનું સરવાયું

મસાનો કકીરી દુધકો છે ?

ખાનના સુનામાં પાપડખાર અને આદુની પતથી રસાઈસ મેલવી  
 વ્યમચીની હાડી વડે લગાડો. જગરો ઉઠવે ધોષ નાંખી માખસુ લગાડો.

રાગ સાથે રાગના સગાઈ જાઓ છે ?

માયા વ્યાધીઓ 'સોહની ટોડી અને લેરવી' રાગથી મટે. મેલેરીયા  
 માટે 'મારવા અને હીડાલ રાગણી' અસરકારક છે. હીસ્ટીરીયા જીવરા  
 'કાનડા, ખમાજ, અને દરબારી રાગો' ઉપયોગી છે. ગાંડપણ દુર કરવા 'અહાર  
 અને બાજેશ્વરી' કામચાળ નીવડ્યા છે. પ્રદરની બીમારીમાં દેસ અને સારંગ  
 સફળ સાબીત થવા છે. બલડ્રેસર તાબે કરવા 'તોડી અને પૂવી' રાગો  
 કીંમતી છે. ખંભી તથા ફેફસાના દરદોને હંકારવા 'તિલંગ, મિલાવલ અને  
 મુલતાની રાગણીઓ અકસીર જલ્પાશે...સીતારના સુરની એજમતી અસર  
 ચરીરના દરેક ભાગોપર માય છે. તાલ અને સુરની ભાષામાં સુક્ષ્મ જ્વતીનો  
 સિદ્ધાંત કામ કરે છે. વાલ્મીકેશન મારકેતે અર્ધ જગમત મનના પગાપર  
 વિવિધ અસરો નિપજાવે છે.

સુવરના ફુલમાં અજાયબી શું ?

કરેદેગસ તથા કુદનાના તાજા રસમાં કાચાકદપનું કાતીલ કીમીયું

છે. મોરકોમાં ૧૨ ની આરમ ડોગી ઉપના પ્રયોગનો પ્રનાપથી ફરીથી જવાન બની છે. કેશમાં—કળાશ આળો...કરચલી અલોપ થઈ...હાપુસ ફેરી જેવી-સુવર્ણ—રંગી ચામડી બની...ચેતન-ચતુષ્પદ વધ્યાં...આમવાના તાજ રસમાં, ગરમ દુધમાં, તબિતાના રસમાં જેડીમધની ચહેમાં, ગાગરમાં, કુમળાં નાળાયેરમાં, શક્તિનો કશે ઓઠો સમજતા નહીં. પપાઉની ગીરમાં લીંછુ નીચેની ખાવા—વગાડવાથી તુરત તેજ આવશે. ખંદેડી મુરઘી ઘણે બરાબર અને દુરના કુંગર રળીયામણા કહેતી છે તે બાદી નથી. પારકું તે સારું—પેતાનું તે નનકું !!

મહો નડે છે!—અજમાવો નીચવી છુટીઓ...સ્વીનો બાકડો, સોમનો ખાખરી, મંગળનો ખેર, શુધનો અપામાર્ગ, ગુરનો ઉતાર માના પાનવાલી ચીપરડી, શુકરનો ઉંબરા, શનીનો ખીજડો, રાહુનો દુર્ગ અને કેતુનો ઉતાર દર્શ, શાકાહારોએ બનાવેલો છે.

હવેરાતની તાસીર જાણો છો ?—નજા મહોની અસર દુર કરી શાંતી આપવાનો એમાં ગુણ છે. રવી નહતો હોય તો માણેકનું નંબ પહેરો. સોમ નડે તો મોતી પહેરો. મંગળનો ઉતાર અવળ, શુધનો ઉતાર પન્ના ગુરનું નિવારણ પોખરાજ, શુકરનું નિવારણ હીરો, શનીમાં ન લમ રાહત આપે, રાહુનો ઉતાર ગોમેદ અને કેતુની અસર લસનીયો કાપે. લસનીયાને વેદુધ કટ—આઈ પથ્ર કહે છે.

છાલ અને મુળીયાની અસર ક્યાં ?—કલેલ અને પેટપર થાય. જહી છુટીના પાનનો ગુણ શું ?—અંતરમાં અને ગુરદા ઉપર પ્રભાવ નાંખે.

કકવો છલોપાલો ક્યારે વાપરવો—ઉતેજક મનાય છે. રાજ સવારે લો. સાંજે લેશો તો હંધમાં લંગાણ પડશે...કાસકાસા. જેનસન, તુલસી, કરીમાતુ, લીમડો, ટેલીક ગણાય છે.

લીલાં ઝાડપાનમાં—આચરન વિપુલ છે. લીમડા જાંબરો કારલાં  
હરખલ ચાહે—શેવટી, ખનફસાં, સારસાપરીલા, કુદ્દો, પારસધી,  
રોહીડો, તુલસી, ખીલી, અંબાનાપાન, અજમે, લાંગરો, કાંઈથી એક વાપરો.  
અલસીની ચાહેમાં—અજમે મધ નાંખી પીવાથી સંધીવા સોજ  
વેદના બલગમ ન્યુમેનીયા અને જાતીના દરદો જાય.

ટયુમર કેનસરનો સાદો ઇલાજ શુ'?—લીલી દરાખ ખાયા કરો.  
અથવા સુકી અગુર બાંજવી તેનો રસ સવારે પીજો. લીમડાનો રસ પીજો.  
લાલ કીરણની તાસીર શુ'?

• 'ખનફસા રેક કીરણની અસર ઉ-નેન્કે ગરમી આપનારી છે. રાઇના  
ગરમ પાણીમાં, સધડીના સેકમાં, અને ખરી બપોરના ઉર્માં નીક્ષણ સુખ-  
કીરણમાં લકવો દુર કરનારી અને લોહીને ગતી આપનારી તાસીર છે. રાઇ  
મર્યા સુંકે લવંગ ચિત્રક ખાવથી લસન કે ટરપેનટીન બહારથી લગાડવાથી  
પણ એ અસર મળે છે...પણ ખસખસ પેપના ગરમ સેકથી, અલસીનું  
કે મ'લકંકીશીનું તેજ ખચાવી કપડામાં લપેટીને છ'ટ કે કાળી ખાટલીનો સેક  
લેવાથી સરતામાં કાસન પટશે જનાં લોહાર ચાલમાં મલ્તાં કારખન લેપનો  
સેક અથવા ઇલેક્ટ્રીક બલ્બોનો સેક તેટલી જ અસર આપશે. 'મેલગેમ  
લધસ'ના સેલુલેસ લેમ્પમાં સુખના કુંજ નાંજનારા તાંબ કરતાં ૭૦ ટકા વધુ  
ગરમી છે એવો દાવો થયો છે, કુંકમાં, થંબી ગણતા સોહીને કુવારા વેગે દોડતી  
કરે, ઠંડા રૂપાનું ગરમી આપે, ઝંઝગી જીને, ખાફ આપી પરસેવો કાઢી મુરદાસ  
માસ પેસીએને ચપન અને ચંચળ-ખનાવે-એ ગુણ લાલરંગી કીરણનો  
જાંબલી રોશની શુ' કરી શકે?

અદ્રા વાયોલેટ રંગના રૂમમાં પુરી માથે લટકેનો કુમ્મરો સળગાવી  
એવીંતો ઠંડા પાણીનો ધોધ ઉપરથી છોડી મુકીને, ગાંઝ ખતેલાં રોગી  
સાન કરવામાં આવે છે. એવી અદ્રા વાયોલેટ રોશનીની સગત

સ્વીટ્ઝર્લેન્ડમાં છે. લાખોના ખર્ચે સળવટ પામેલું 'સોલારીયમ' હિંદમાં બંધ પડ્યું છે એકટીનો થીરેપીની સાનન-સંપત્તી ભણીતી પેટી મેલગામ મધ્યસ્થ કરતમ હાલિસ સામે કોટમાં વેચે છે. હોસ્પિતલો તથા મોટા દવાખાનામાં તેનો ઉપયોગ થાય છે. પણ ગરીબ લોકો તો નાંજુલ કરમઝાં, બીજાંવેળી કાલી દરાખ, કુમળા નાળીયેરના પાણી મેલીની છીપ પિટી તથા સીલી-દરાખમાંથી મેલવે છે. મહાજળેશ્વર પંચગણી ખંડાલા, નીલગીરી કે ૩૦૦૦ શીટની ઊંચી ટેકરી ઉપર જઈ રહેવાથી જનદો કાયદો થાય. નરસિંયા તાલક ઉપર કાલા લામ્બર બાવના જુમખા ઊગાડે-તાલદાનને તમડો કરે.-ખસ ખરજવાનો ખીજવાટ ખતમ કરે. ખઠી, હડખી 'ખાંસી, તથા ચેપી દરદોનો અંત લાવે રીકટ ચોકકસ દુર કરે-કેનસર મટાડે."

ભેંજનો કદ નીચે કેમ લાવવો ? ૧૦ ટીપાં માલકાંદણી તેલ સવારે પીવો. અથવા ગરમ પાણી પીવો. છીંક લાવો.

ચામડીનાં દરદો કેમ છતાવે ? એકલાં કણજવાતા ખી ચાવી જાવ અને કણજવું તેલ લગાડ્યા કરો. કદમાંથી ચામડીના દરદો જન્મે...કદનો ઉપાય કરો.

હમનો રોગી સારો થાય કે ? એક દરદીએ પાંચ ઉપવાસ કર્યા, ગરમ પાણી પીધું, ખારલીનો ચેટલો ખાધો, તે પછી રોજ સવારે અરધો તોલો મીઠાલી કદી ખાઈ ઉઠતી કરી. પછી સરસ્યાં તેલમાં સેકટલું શાક જખ્યો. સૂંઠ હરડે બારંગીનો કરાચ પીવતું. ચાલુ રાખ્યું. જૂખ લાવવા આદુનો રસ પીધો. રોતે દમ ચડે ત્યારે ધંતુરાતું ખી નંમ એક ગરમ પાણી સાથે લેતો. ૪૫ દિનમાં સાજો થયો. લાંબી સારવાર નહીં અને તો રોજ સવારે ધેડાવજ જેઠીમધનો ઉકળો પીને...વાયુમાં એનીમા, પિત્તમાં નેત્રાખ અને કદમાં ઉઠતી અને છીંક, એ આયુરવેદના મૂળ સિદ્ધાંતો ગાખી રાખો.

દરદો વણાં પણ આંખ એક બતાવો ? ગધાની ગટરને સાર કરી પવીત્ર કરો તો રોગ રહે નહીં. સારો ઉપાય ઉપવાસ. વે પછી બજ



વધારવા દુધનો પ્રયોગ કરો. તે પછી રોગ થાયજ નહીં તેટલા માટે હીમજનો કોકો રોગ, સવારે લો. 'રોગ નિવારક દ્રવ્યોમાં શ્રેષ્ઠ-પાંચ રસવાલી-કલ્યાણ-કારિ વાયુ ઉતારનારી પાચક અગ્નિ તેજ કરી બુધ્ધિ આયુષ વધારનારી છુદ્દી 'હરડેમાતા'...ચરક ભગવાનનું આ વચન છે...આખા આયુરવેદનું માખણ એકજ છુદ્દીમાં મળે તો હરડે.

- 'રોજ'ના 'ખોરાકમાં હાનીકારક ચીજો કેટલી ?

ચેતવણી—ખરક, મીઠાસ, શરીર થીંજ નાખનારી સીનેમાની ઠંડક, ખાંડ, નીમક, અને જીખ વગરના ભોજનો નુકશાન કરે. ઉપવાસ દરમિયાન અંજીર, કે ખજૂરમાં માખણ, દુધ, કાકીર-તાબોતાની કચૂખર આદુ-લીંબુ, તરકારી, લસન, મગ ટુવર અને ગોસનો સુપ હીતકારક છે. વાત પિત ઠંડ હાંકનારા ત્રિદોષનાશક દ્રવ્યો કયાં ?

હીમજ શુભળ ગળો જેહીમધ હીમડો સાટેડી ઇનદરજવ ગોખડ ગંઠોઝ એ દસ છુદ્દી પૈકી કોઈખી એકનો ઉકાળો અથવા જુકો લો તો દરેક વ્યાધી દુર થશે. વાવડીંગ-જેહીમધની છુદ્દી ખાઈ દુધ ચોખાપડ રહેવાથી પશુ ધણુ દરદોનો અંત આવશે.

વાયુ અને કંઈ હેરાન કરે તો શું કરવું ?

મીઠાવજ ટુવસી સાટેડી એરંડના મુળ વાવડીંગ મરી ગંઠોઝ વરીયાલીમાંથી કોઈખી એક વાપરો.

કંઈ અને ચિતનો સંચાર વધે લો કચી છુદ્દી લેવી ?

કડુ કરીયાતુ અરડુસી ઉપવસરી ઇનદરજવ એલીયો ધાના ખહેડાં અને વરીયાલી, પિત તથા ક્ષનો નાશ કરે.

સોજ તથા રક્તવિકાર જીતનારી વનસ્પતી કેટલી ?

મજક કડવો હીમડો ગળો જેહીમધ કરીયાતુ ધાના હીમજ સાટેડી ઇનદરજવ ગોમુતર દલદ અરડુસી ઉપવસરી.

લસન સોનું વાકેરીમાં કીંમતી તલો કયા ?

પેનીસીલીનની ચેપનાથક અને સ્ટેપ્ટોમાઈસીનની ખડીનાથક તાસીર છે, આખાદ, તેવીજ અસર સમુદાયના પાનમાં, વાકેરીમાં, ધામોરીના પાનમાં શીલાહૃતમાં લસનમાં અને ગોમુતરમાં છે.

હુર ઓઘલિ વધુ શુષ્કદાયી કેમ બનાવશે ? સાલમ ને આસંધ.

દક્ષ હોમ્યો આરનીકાના ટીપા નખો અથવા રસવંતી સાથે હાંધીદાંતની રાખ તમનાં તેલમાં મેલવો. ટાલકમાં ધડાની દાઢ ધસવા અંગેજી ખાતુ હરખાલીસ્ટ બક્ષામણ કરે છે.

લેક્ટો પેપસીનનો હરિકે શું

કાયા પપાલિ તોડતી વખતે દુધ ટપકે તે ચાલીમાં ગીલી લઈ પીસેલા અજમો-પીપર સાથે મેલવી વટેના જેટલો ખવાડો.

મગજને તરાવટ આપનારી વીલો ?

લેસીડીન, ઘ્રેનકુક છે. કાલીફાસ, મધ-મરકો સંખાવલી, બદામનું તેલ, બીજવેલા ધડના પોચા દાણા કમલકાકરી, માલકાંકણી, સફરચંદ, બાલમીપાન, કેલા, પસ્તા, કાયા ધડામાં લેસીડીન ઉપરાંત તરાવટ આપનારા કીંમતી દ્રવ્યો છે.

સેનેટોજન માંધુ પડે છે—ખરાબરીયા બતાવશે ?

બંધક તેલ—મધક મનથીલ હલદર ત્રણે તોલો ૧, ધતુરાનો રસ તોલો ૮, અને સરસુ તેલ તોલો ૮ મેળવી ધીમે તાપે પકાવી ઉતારી મળી વાપરો. કાનની રસી ચોકકસ બંધ કરશે ખરબચાં દુર કરશે. સંધીવાની વેદના રાત કરશે...ખહેરાય માટે દરમુળ તેલ તથા અખામાર્ગ તેલ અમ્મીર છે. ખાવામાં સારીગાદી ગુટીનો પ્રયોગ તથા સવારે બદામ ખવાયી ઝપી કાપેલો ચાખ.

## પ્રયોગ રત્નાવલી

**અમૃત સત્વયોગ**—ગલોસત્વ જેઠીમધ વાંસકપુર ચંદન એલચી પ્રવાળ સાકર... ખાંસી નખળાઈ ખઠી તાવ દૂર કરે છે. દુધ સાથે લેા.

**સંશમની રૂપેશીયલ**—લોહ અબ્રક પ્રવાળ માક્ષિક ગલેણું ધન શીકણ કમળેરી ખઠી તાવ ધાતુદોષ અને મહીલા રોગો મટાકે.

**વિધવધક ગુટીકા**—તજ એલચી લોહ અબ્રક નખણ ગાલાળ કસ્તુરી ચંદન ચીકની સોપારી અને ચાંદોનો વરખ...

**લઘુનાદિ ગોલી**—ત્રિકટુ અજમો છૂં સંચળ હિંગ કાંકિય લસન... કોલેરા યજ્ઞ આફરો જેસ અજરણ અને હાથીપગ દુર કરે.

**ક્ષય નિવારક યોગ**—ગોતીની પિષ્ટી તોલો ૧, કાપ્પલની બસ છુટી તોલો ૩, બન્ને મેલવી હીમજના ઉક્ષળામાં ચણીબોર ગોલી બનાવી બખ્ખે ૪ કલાકે આપો.

**સંતાન પ્રયોગ**—અજમો મરી છૂં નાગકેસર અસલી મેળવી ના તોલો ગરમ પાણી સાથે, દસ્તાન આવે તેજ દીવસથી ૧૨ દીન લેવ મડિ, રત્ન સાથે લાવી પારણ બંધાવશે. ઘી સાથે નાગકેસર એકલું પણ અપાય છે.

**શીતલા પ્રતિબંધક યોગ**—આમલીના બીજ તથા હલદની છુટી ૬ રતી કંઈ પાણી સાથે, ૭ દીન આપવાથી શીતલા નીકલતા નથી.

**વાળાનો ઉપાય**—કચુતરની હગાર તોલો ૧, ગાળ તોલો ૧, મરી દાણા ૧૦ બારીક વાટી બે આની-ભારની ગાળા બે વખત પાણી સાથે ચાર દીવસ અ.પે. ફક્ત દૂધનો ખોરાક આપો.

**બાજુકરણ યોગ**—બાવલની સીંગ (પરકા) તોલો ૧૦, નાની દૂધેલીનો ધંચાંગ તોલો ૧૦, સાકર તોલો ૨૦ મેળવી શીશી ભરા. બે વખત દુધ સાથે એકેક તોલો લેવાથી વિમં ધટ યજ્ઞ વધશે.

**શૈથ્ય રસાયન—**ત્રિકુટુ ૩ અણક ૧ ચાંદીની ભસ્મ ૧ મેળવી ૩ રતી મધ સાથે ચાટવાથી શ્વાસ ખાંસી હરસ ખહી અને આંખના રોગો દૂર થશે.

**ખહીનો પ્રયોગ—**એકલ્પી ભયદેવ લવંગ ત્રિકુટા ત્રિકુટુ મધીને ૬ તોલા, લોહ ભસ્મ ૬ તોલા, મેળવી દુધ સાથે બે અણુ ગ્રાવી.

**હસ્તાન લાવનારો કવાથ—**સુત્ર ૧ તોલો ગાજર બી એક તોલો પીપલાની જટા ૨ તોલા, કપાસના મૂળ ૪ તોલા, જીનો ગ્રેળ ૪ તોલા, બધાને ૪૦ તોલા પાણીમાં ઉકળા ૧૦ તોલા રાખી ગળાને રાતે પીવે અને બીજે દિવસે ભુખાં રહેવું. ૨૪ કલાકમાં નહીં આવે તો ફરીથી પ્રયોગ કરે.

**નાકનો ઇલાજ—**ઘીમાં સેકેલી હીંગ જવખાર અને કુલાવેલો ટંકન ખાર વાટી ઘીમાં બે આનીભાર બે વખત ચાટવાથી ૭ દિનમાં વાળાનો નાશ થશે.

**અમ્લકારિ પ્રયોગ—**ગ્રે ૧, ગોંદી ભસ્મ ૪, ધુંદી ૫ રતીભાર મધ સાથે ચાટવાથી રીક્ટ, ખાંસી, જિનોતાવ નજળાઈ શ્વાસ મસ્તકથા મટે.

**શક્તિની દવા—**લોહ અણક એકલ્પી પીપર સાકર મેળવું સત્ત મેળવી બે આનીભાર મધમાં ચાટી, ઉપર દુધ પીવાથી થોડાં મધ વધે.

**ભોતિયા બિંદુ નાશક—**ખાખરાનો મુળનો અરક છે. આંખના દરદોમાં ઉત્તમ છે. હરડે સાકરનો ધસારો, મેત્રપ્રમા, તથા સુરમાએ મમીરાન અગ્નિમાળ્યા છે. ખાત્રી લાયક છે.

**આયોદીન—**વાપરસો નહીં. ૧૦૦ વખત ધોલકું ઘી બદલું સંતેજા આપશે. ધોલકું ઘીમાં રસકપુર બે ટકા મેલવવાથી ખરગર્વાં હરસનો ઉત્તમ મલમ બનશે.

કંઠમાળાનો લેપ—વળ ગરણી અને ઇનદ્રામણી, ત્રણેના મૂળ પીપી  
ઝોમતરમાં લગાડો. અથવા ઝોમતરમાં ચરપંખાનું મુળ પીપી લગાડો.  
અમરકંદ પીવા લગાડવાથી, સેકલું લીધું મરી સાથે સવારે સુસવર્ણી,  
અનેનાસ ખાવાથી કે વાકેરીનું મુળ દુધ સાથે પીવાથી ચોક્કસ મટશે. લઇને  
ઉકળો પણ પીવા અપાય છે.

નગોડ તેલની તાસીર—નગોડના મુળ અને પાન પીપી લેવો, બનાવી  
તેનો રસ કાઢી તેટલાજ વજનને તલનું તેલ નાખી ધીમી આંચે પકાવી  
સીધું કરો. માથે લગાડવાથી બાલ કાળા થાય, માતીશ કરવાથી ખુગલી  
ભય તેમજ પોતું મુકવાથી ગાંઠ ગુમમાં નાસી પડે પર ચમબાણ ગુણ થશે.

સસ્તો સાબુ—સોપ રોટા પાકેડર ૦૧ સેર કેસ્ટીક સોદા ૧ સેર,  
પાણી ૪ સેર કાપરેલ ૪ સેર, કેસ્ટીકથી ગરમ થયેલું પાણી ઠંડું થયા  
બાદ સોપ રોટા નાખો.

ગેસ—કાચકાના બીજનો છુટ્ટો પીપર સાથે મેલવી ગોલી બનાવો.

વહાણમાં ઉલટી?—ઘીવાનો ઠાંકરો સુસો.

મનાઈ—કરતકમાં કરેનાં, માગચરમાં આમવા, પેલમાં ધાણું, મેઢામાં  
સાકર, ફાગણમાં ચણા, ચક્તરમાં ગોળ, વૈશાખમાં તેલ, જ્યેષ્ઠમાં કાઠા,  
અષાઢમાં જો આદુ ખાંચ મરે નહીં તો મદિ થાય, શ્રાવણમાં દુધ,  
ભાદરવમાં દહીં, આશોમાં કાકડી, ખાત્રાની વિદવાનો મનાઈ કરે છે.

ત્યારે ખાણું શું? કરતકમાં સીતાફળ, માગચરમાં શેરડી, પેલમાં  
જમરદત, મેઢામાં બેર, ફાગણમાં ધાનીચના, ચક્તરમાં રાણણ, વૈશાખમાં  
કેરી, જ્યેષ્ઠમાં જાંબુ, અષાઢમાં ખીર, શ્રાવણમાં શાક, ભાદરવામાં પોંક  
અને આસોમાં મીઠાઈ ખાવાની પડિતો સલાહ આપે છે.

હરસનો મલમ—શુધ્ધ હરતાં ૧, કથો ૨, ગામડી દોવેલ તોલા ૬ માં ઘુંટી રાખી લગાડો. સુકાઈ જશે.

દશમુળારિષ્ટ—હરસ શીકસ સંગ્રહણી કમળ્યાત 'જાતીના' દરદો મટે.

જાંબુલાસવ—કાપાળીટીસ શીકસ જોનોતાવ નમળાઈ દુર કરે.

વિદ્યાથીં ચુલ્—ચાંખાવલી વાવડીંગ અધેગનુ—૫ આમ ગળો વજ્ર સુંઠે બાદમી હરડે સતાંવનીની જુકી પાવલીભાર, ઘી સાથે ચાટવાથી વચિન્ન પુરતો મગજમાં ચોટી બેસશે.

લોહી બંધ કરનારો પ્રયોગ—આમલા, દામજાળ, ઇસબગુલ ગોદની બરમ દરેક ૦૧ તોલો, માયાફળ જુકી તોલા બે મેળવી પાવલીભાર, ઘીમાં ૪ કલાકે ચાટવાથી ચોખ્ખાઈ આવશે. ગેર ૧, ફટકી ૮ મેલવી રાખો.

વાગલકુનો પ્રયોગ—ત્રિફલા ૩, જવખાર ૧, ખીપર ૧, વાવડીંગ ૧, નસોતર ૩ તોલા મેળવી પાવલીભાર મધ સાથે ચાટવાથી (કમલો) બરળ દ્યુમર ગેસ વાયુ તથા બળગમના દરદો દુર કરે.

હાઠીમ—વાવડીંગ નાગરમોય તંધા ચિત્રકના મુળની જુકી ૮ રતી પાણી સાથે લેવાથી ગેસનો મગજ દુર કરી ખોરાક પચાવી લેલી વધારે.

શુકમાર પાઉંદર—અરલુન જાલ નીરમલીના બીજ, ઉપરાની બીજ જાંબુલના દહીયા અને ગુકમારની જુકી બનાવી પાવલીભાર, પાણી સાથે બે વખત લેવાથી પીસાબની સાકર બંધ થશે. પ્રયોગ વખતે જાય પર રહેવાથી વહેલો ફાપડો થાય.

કમલો લીવર કમળ્યાત તાવ—સેફલો કુનો જુકો નવસાર સાથે ૨૪ રતી આપો. પાણી પીવડો. તો તાવ કમળ્યાત કમળો જશે.

મોલકાંકણી ગોળી—અળ્મો ૨, સુંઠ ૮, મલકાંકણી ૮, ગોળ પીગણાતી તેમાં ઘુંટી ચણીબોર મોલી બનાવો. ઘી સાથે ૮ ચાટવાથી જુધાવો શીટસ, મગજની કમજોરી તથા વાયુરોગો દૂર થાય.

**મેલેરીયા ગોલી—**કાંકયલા ખીજ તોલા ૧૦ સેકી શુક્રા કરી તેમાં પીપર તોલા ૫, તથા બાવલ પાન સુકા સુકા ૨૥ મેળવી ચણા ગોલી બે પાણી બે ગોલી સાથે લેવી.

**પરિક્ષિત પ્રયોગો**

**મુગધી પવિત્ર ધૂપ—**ગુગળ હરમર દેવદાર ગ્રાથ લીમડાના પાન કપુરકાચલી ઇસસ, આતચ ઉપર છાંટવાથી રાગીજ નતુનો નાશ કરી દવા શુદ્ધકરે.

**મંજીષ્ઠાદિ મુષ્ક—**સોનામખી ૧૦, હરડે નસોતર ગુલાબ અર્ને મજીઠ ૨૥-૨૥ તોલા મેલવી, એકે ચમચો સવારે સાંજે સાકરના પાણી સાથે લેવાથી કબજાપાત તથા લોહીખીગાક મટે. ઠાઠમાં ફાયદો કરે.

**હાડકાં જોઠનાર લેખ—**એળાચો ગુગળ મેંઘાલકડી સાજખાર રેવંચી શીશ આંબાહલદર લોધર હીરોબોલ માયુ ગુન્જર ઇસસ...શુક્રા કરી ગરમ પાણીમાં લગાડી ખાટો બાધો. ત્રણ દીવસે બદલો. (વૈદ ગોપાલજી ઠકકુર)

**તાવની ધરમાદા દવા—**મએજવો સુકા પાન ૪ તોલામાં પીપર ૧ તોલો મેળવી ૪ વાલ ગરમ પાણીમાં ત્રણ કલાકે આપો. આ પ્રયોગથી સાકરીયો પીસાબ મટે. સેકેલો કહુ નવસાર કમલો મટાડે.

**દુધનો મસાલો—**મુંઠ એલચી લવંગ તજ ન્યપ્રેલ જવંત્રી પીપર અરધો શેર દુધમાં એક ચમચી શુક્રા નાખો. દુધ પચાવે, ધાતુ વધારે, છાતિને કોવત આપે.

**બલીમ બેલાબ—**મુંઠ ૧ સુંચળ ૧ કાલાદણા ૬ મેળવી ગરમ પાણી સાથે ૧ ચમચો...ખીચરી-ઘી ખાવાથી કે ઠંડી ઇસ પીવાથી બંધ

**વજ્રેશ્વરી ગોળી—**એકલોયેડાવજનો શુક્રા છે. ઉલટી ખાડો લાવી શ્રીટસ તથા શ્વાસ રોગ મટાડે...એજ પ્રયોગથી સાંધ કુતરાતું ઝેર ઉતરે. ગરમ પાણીમાં સવારે એક ચમચી શુક્રા આપો.

**આરોગ્ય વરધીની**—પારદ ગંધક લોહ અમ્લક નામ ગુગળ ત્રિફળા ચિત્રક શીલાજીત ગુગળ...શીકણ કમળો તાવ હીવરરોગ ચોખ જલ્દરમાં દુધ અથવા પાણી સાથે આપે. .

**કૃમીમુક્કાર ગોળી**—રસરાજ ગંધક અજમો વાવડીંગ એરકાચલુ ખાખરાના બી...પાણી સાથે ૪x૩ ગોલી તથુ દીન લેવાથી કરમ કમજબાત અપચો તાવ સંધીવા ચોકકસ મટે.

**ખાંસી**—સુકી હોય તો લવંગાદિ ગોળી સુસો, મરીઆદિ ગોલી મધમાં ચાટવાથી બક્ષમ છુટો પડે, ખફીમાં ગુચુ આપશે.

**ક્ષયહર પ્રયોગ**—પીપર પ્રવાળ સુવર્ણભાક્ષિક અસોસાવ મધમાં ચાટી દુધ પીવે ૩ કલાકે.

**માધાનો મલમ બામ**—તજનું તેલ ૧, એલચી ૧ પેપરમીંટ ફુલ ૧ કપુર ૧, અજમાના ફુલ ૧, ચાહનું તેલ ૧૧, ગરમ પાણીમાં પીગસાવેલાં અને ચૂલેથી ઉતારેલાં બે રતલ વેસ્ત્રીનમાં ઘુંટી શીથી બરો. સંધીવા લયક પીકનું તથા માથાનું દરદ દુર કરે.

**સ્નાનરજ પાઉડર**—મંગની દાલનો આટો, તજ રાઈ ધાના હલદર દારહલદર લોધર શુદ્ધ મનશીલ મેળવી શરીરે દસ મીનીટ ધસી ઠંડા પાણીએ ધોઈ નાખો. ચામડીના દરદો, સર્વાંગી કઠોર, પરમેવાની થઈ ચામડી તેજસ્વી બને.

**અગ્નિમુખ સુષુ**—હીમ ૧, તજ ૨, પીપર ૩, મુંઠ ૪, અજમો ૫, હરડે ૬ ચિત્રકનીજડ ૭ ઉપલેટ ૮, એક ચમચી ચુણું પાણી સાથે તથુ વખત જમવા પહેલાં આપે. આ પ્રયોગથી હીસ્ટીરીયા કમજબાત મંદાગ્નિ ટયુમર બરગમ શ્વાસરોગ હરનીયા અતિસાર અને ગેસ મટે છે.

**હરસની દવા**—શુદ્ધ ગંધક બે વાલ, કીમ ટારટર ૪ વાલ ઘુંટી બે પીડીઝ બનાવી માખણમાં ચટાડો. લોહી બંધ કરી પેટ સાફ લાવે.



શુચની ખાંસી—મરી પીપર નવસાર ધુલકવેલી ફટકડી બે-બે તોળા શુદ્ધ વાજાગ ૧ તોલો મેવપી બારીક ઘુટી ૩ રતી, સાકરના છુદા સાથે ૪ કપાકે આપો. તાવ સરદી બહી તથા હડખીખાંસી મટશે.

કનકે મુંદરની ગોળી—ગંધક હીંગળો વર્ષના પીપર મરી ટંકન શુદ્ધ ધતુરાના ખીજ ..સંઘડણી મરડો માંડપચુ હીરટીરીયા શ્વાસરોગ મટાકે. અગઉથી લેવાથી તાવ અટકે.

‘ચિતન’—કાપકપની જલની જુકી સુધાડો, કે એકચીનો પાકર મુંધાડો પરમેગનેટની જુકી સુંધાડો કે અરીઠાનું પાણી નાકમાં ટપકાવો તો બેહોશ રાગી ઉઠશે.

સુવારોગની દવા—સુંઠ પરતા બદામ કાપક આવળનો શુંદર બાપકલ જાવંત્રી ખસખસ વરીવાલી મેથી પીપરી મુળનું ચાટણુ આપો. નર્ગોડનો ઉકાળો એરંડામાં પીવાથી નર્ગોડનો બાક તથા કુરુ લેવાથી રુવારોગનું ઝેર નીકલશે, લસન હીંગ રાઈ વેગણું વધુ લેરા.

અમીરી પાક—ત્રિકાં ધાના જેદીમધ વાંસકપુર બદામ અને મધ બેકેક અમચી સવારે ચાટે. કબજાત લોહીવિકાર આપના દરદો મગજની નળલો પીકા દુર કરે. ચરમા ઉતારે.

સસ્તો મલમ—ગરમ કરેલાં વેસ્ત્રીન તોલા ૨૦ માં ઝીંકબોક્ષાઈ તોલા ૨૦ મેવલો, દાંડેલા જખમો, ગુમ્ફા, ખરજવાં સાથે થઈ ઠંડક થશે. વેરલીનમાં ગંધક મેલવવાથી ખસતો ઉતમ મલમ બને છે.

સસ્તો મુરમો—બોરીક ૧ સાકર ૧ કપુર ના, ઝીંકસલ્ફેટ ના ખરજમાં બારીક ઘુટી શીશી ભરો અજિવાથી તમામ નેત્રરોગો દુર થાય.

‘ત્રેમરી પીલ્સ’—આહમી વટીનું નામ છે. લોહ અમક કનકી શીલાજીત સુવર્ણાશિક ૧૧ આહમીચુર્ણ ૬ તોલા છે. અથા જેવી બે

ગાલી દુધ સાથે લેવાથી મગજના દરદો પાંડુ પ્રદર પ્રમેહ વિચ્છેદિકાર  
નબળાઇ અને બુધ્ધિની ઓછપ દૂર થાય.

કલેભાની ગાળી—કજલી લોહ અણક તાંબુ મનશીવ હૃદય નેપાળી  
ટુંકન શીલાજીત, ધુટે બે ગાલી પાણી સાથે. બરળ કલેભરોગ શીકાર  
સોજા મંદગિન પેટના દરદો દૂર કરે.

બહુમુત્ર બિહાનામાં પેશાબ—કપૂર ૦૧ ભવંત્રી ૦૧, ભયફલ  
૧, ખસખસના પોષ ૧ તોસો બારીક છુટા બનાવી પાનમાં બે વાસ  
ખવાડો. સાકર ઓછી કરે.

કનકવદી—ધતુરાના તાજા પાન અને મરી સરખા લઇ પીસી અથા  
જેવી ગાલી અઢેક પાણી સાથે આપો. તાવ ખાંસી શ્વાસરોગ દૂર થય.

કમની ગાળી—એલચી ભયફળ લવંગ ૧-૧ તોસો, તંબાકુની  
રાખ ૨ તોલા, મરી પીપર દરાખ અને શુદ્ધ વધનાગ ગરમ પાણી સાથે  
૩-૪ તોલા મેળવી વટેના છેવી ગાલી અઢેક આપો.

ધાસ માટે કુમાડો—સુરોખાર સુકી ચાહે ધતુરાના સુકા પાન ભાઈ  
વાટી આતસ પર મુકી એનો ધૂપ લેવાથી મુંઝરો ગભરાટ દૂર થઇ  
બલગમ છુટો પડે. અરકુસી પાન, ઘરખંખાના મુળ જવાસોના પાન,  
કોઢખી એક ચીજનો કુમાડો સંતોષ આપશે. હીમરોડ કયોરમાં ધતુરા પાન છે.

બરળની ક્વા—ગરમ પાણી સાથે વાવડીંગ આપો કકુ-નવસાર, કુમારી  
આસવ, જાંબુઆસવ, ચક્રતરી લોહ, લીંબુ બીજેરી, પપાઉ, અજમે કારગત છે.

સોજા હાથીપગનો લેપ—આકડો જલ, લીમડો જાવ, સાટોડી  
જડ, એરંડના મુળ વાટી ગરમ પાણીમાં લગાડો.

ખાંસીની ફકીરી ગાલી—લવંગ પીપર સિંધવ આકાના પુલની  
ચનાપૂર ગાલી ચુસો, બળગમ છુટો પડે.

ધુમ ધડાકા પીલસ—હીંગ ૧, સિંધુર ૧, મુંઠ ૨, ટાંકચ ૨ તોલા  
મેળવી વટેના જેવી અકેક ગોલી આપો. ચૂંક અજીરણ વાયુ ક્ષામ અને  
ગેસ દુર થશે.

હરસની ફાટીરી દવા—મરી ૧ તોલો લાંગરાના તાજા પાન ૧૦  
તોલા સાથે ધુંટી વટેના જેવી ગોલી અકેક આપો તો મુકા તથા દુખા  
હરસ મટે.

દસ્તાન આલુ કરે—એલીચો ૦૧ તોલો કુકરેલ ફળ ૦૧ તોલો કોક  
દારૂમાં વાટી કપડાપર લગાડી તેની વાટ બમળી અંદર મુકો (પ્રિત મંચુવાયજી)

હરસનો મલમ—સો વાર ધોયલાં ઘી ૨૦ તોલામાં સિંદુર ૪ તોલા  
લીમડાની લાકડી વડે ઠાંસાની ચાલીમાં ધુંટી લગાડો. (ધવાબુધ શરવા)

ખાંતોના ઈલાજ—પારદ ૨ તો, મંચક ૨ તોલાં, બોહારસીંગ ૪ તો,  
કપાસો ૮ તોલ, મોરચુથુ ૦૧ તો, મેળની ખરલ કરી ધોયલાં ઘી ૬૪  
તોલામાં મેલવી લગાડો. બળતરા યાંત કરી, પક્વી, પરુ, લોહી સડેલું  
આંસ છુટું પાડે છે. અંદરથી ત્રિકાં ગુગળ આલુ રાખો. (પત્રવંનતરિ)

નાદ પીગલાવે—તલનું ગરમ તેજ ૫ તોલામાં, પીણી મીણુ ૧ તોલો  
પીગલાવી, ખારસોપ સાણુ તોલા ૩ નાખી છેવટે મોરચુથુ ૦૧ તોલો નાખી  
ઊંટારી લેવો. મલમ લગાડવાથી ૨૪ કલાકમાં નાદ ઓગળી જશે.

ગુલાબી મલમ—અરંધુ તેલ તથા કાકમનું તેલ ૧૦-૧૦ તોલા  
નાખી ગરમ કરી તેમાં સફેદો ૧ તોલો અને સિંદુર ૧ તોલો નાખી  
મલમ બનાવો. હોઠ ફાટે, ચામડીમાં ચીરા પડે તે ફાટી ચામડી સુવર્ણ  
બનાવે. ધોયલું ગયનું ઘી તોલા ૫, કાથો ૧, એલચી ઘણુ ૧, સોપારી  
રાખ ૧ પીની કાઢીની બસ્મ ૧ ધુંટી રાખો. ઘણ્યા જખમ સડેલા ધા  
તથા નાસુર-ભગંદરને જલદી રૂંધે છે. (મંચુવાલ)

અસાધ્ય હાથીપગ—ધનુરા પાન, ઐરંડના મૂળ, નગીડના પાન, સાટોડીના મુળ, સરગવાનાં બી, સરસવ, સરખે વજને મેલવી પાણી સાથે પીસી લેપ કરે. (૬-૮ મઠાત્મા) અથવા દહધર આમલા અમરવેલ સરસવ અથેડો પીસી લેપ કરે. અથવા હરડે પીપર સરગવાની ઊલ ગોમુતમાં ગરમ લગાડો. અને હરડે પીપર મધ ચાટો. (ડા૦ રામરક્ષપાલજી)

બકવાદ શાંત કરે—કિંગ લોખાન કાવરૂળ તમાકુ ગોળમાં મેળવી ચટાડો એમાં પાણી મેળવી કાન કપાલ અને માથે બાંધો. (ધનવનતરી)

શુભોનીયા તથા સોજનો લેપ—સુંઠ કુચીલા સાખરસીંગ પીસી એ રતી અરીજી મેલવી ગરમ લગાડો.

આંજની—સુંઠ મરી પીપર રસવંતી પાણીમાં લગાડો.

કોઢના લેપ—ત્રિફળાં હરતાલ હીરાકસી આમલસારા અથક પીસી ગોમુતરમાં લગાડો. (૨) સિંધવ વાવડીંગ દલદર હરડે સરસવ કરંજતા બી સફેદ ચણાહી, ગોમુતરમાં લેપ. (૩) હરતાલ ૧, ખાનચી ૪, આમલા ૨, ચિત્રક ૧, ચણાહી ૧, ગોમુતરમાં લગાડો.

તાવનો સુરમો—વજરાળ પીપરલસન ગોમુતરમાં આંલો.

માતીયાનો ઉપાય—જસત લસમ સિંધવ સુંઠ મરી પીપર ટંકન અને કુલાવેલો મોરથુધુ લીંબુના રસમાં ઊદીન ધુંટી બનાવો. તદ્દપાર વેચાતી રસકેશ્વર શુદ્રીનો આ પાક છે. મધમાં આંગવાથી જાડાં જાંબ કુલાં આરંભિક માતીયો દુર થાય. બેહોલ દરદીને જાગ્રત કરે. (વેદશાસ્ત્ર) અથવા શુધ્ધ કરેલાં તાવેનું સીસું ૫ તોલા, પાચે ૫ તોલા, સાથે ખરજ કરી શુધ્ધ કાળો સુરમો ૨૦ તોલા નાંખી, છેલ્લે બીમસેની કપુર ૧૧ તોલા નાંખી ૬ કલાક ધુંટી શીશી લયે. નવનામૃતનો આ પાક છે. (યોગતરંગિની)

વિષગર્ભ તેલ—તૈયાર મલે છે. કાનના અવાજ બહેરાય, લકવો, સંધિવા... ક્ષાર તેલ બિઝવાદિ તેલ, દશમુદાદિ તેલ, અપામર્ગ તેલ બહેરાય દુર કરે.

આંખ નાક મગજ અને કેશ રોગો—લાંગરા રસના ટીપાં નાકમાં ટપકાવો. અથવા ચંદનાદિ તેલ નાકમાં નાખો. દુધ ચાવવું બોજન કરો. લીમડાના પાન ચાવો. લીમડા પાણીએ નહાવો.

લાંગરા હેર ટોનીક—પાણી ૪ સેર, તલનું તેલ ૧ સેર, લાંગરાનો રસ ૪ સેર, મંદુર ૪ તોલા, અનંતમુળ ૪ તોલા, ત્રિફળા ત્ર્યુલું ૧૨ તોલા...છેલ્લી ત્રણ વસ્તુ પીસી, ઉપલી ત્રણ ચીજોમાં નાખી ઉકાળી પાણી બાળી, તેલ રાખો. આ પ્રયોગથી ખરબચા, લુ, ઉંદરી, કેશ ખરી પડવા, બાળ સફેદ થવા, વીગેર મટે છે.

ડસીંગ એપ્પલ—પંચગુણ તેલના નામથી વેચાય છે. એમાં બેરોળે રાજ શીશારસ મીઠું ૫-૫ તોલા, ત્રિફળા ૧૫ તોલા નગાડ પાન ૧૫ તોલા લીમડા પાન ૩૦ તોલા પાણી ૪૦૦ તોલા, તલનું તેલ ૬૦ તોલા કપુર, અને કારબોલીક છે...એલોપથીઆયોડીન, બેરીક મલમ, આયોડોફોર્મ, કારબોલીક એસીડ, હાઇડ્રાજરી સોડન, ગ્રીક મલમ, પેનીસીલીન મલમની સામટી અસર આપે. કાનમાં નાખો તો રસી બંધ થશે. ગુમડા પર લગાડવાથી મુકાબ જાય છે. દાઝવા કખમને બરફ જેવી ચાંતી આપે. મેલક, સડેલો માસ, નાસર, નાડીવણમાં ખુબ ગુણ કરે છે. (સિંહ દામડે)

ધરેધતુ તેલ—તલનું તેલ તોલા ૪૦ માં, કાંઈ લસન અગરો તોલા ૨૦ નાખી ઉકાળી વાપરો તો એટલો જ ફાયદો કરે.

ભગંદર તેલ—એલચી ચંદન જેઠીમંથ મજાદ એલેવી પાન ૫-૫ તોલા, હરતાલ મનશીષ ૨૫-૨૫ તોલા, છાસ ૫ સેર, લીંબોલી તેલ ૨૫ સેર ઉકાળી, ફક્ત તેલ રહે ત્યારે, ઉતારી વાપરો...સડે નાસર ભગંદર હાથીપગ મટે. (યોગતરંગિની)

લિંગ તેલ—કસ્તૂરી ૧ રતી, મરી હીંગ બીરબુડી જીંદ્વેદ સ્તર ૦૫-૦૫ તોલો, કેસર બે આની ભાર, કપાસના બી ૦૫ તોલા, અબેલી તેલ પાંચ તોલા સાથે ધુંટી રાખો. નામરદી કમજોરી દુર કરી જાગ્રત વધારે છે.

સરસ્વતી માલીસ તેલ—સરસ્વતી તેલમાં લસન ચૂર્ણનો પીપર ઉકાળી વાપરો. અથવા માલકાંકણી તેલ એકલું જ વાપરો.

૧ વ્યાધી તેલ—ત્રિકુટ સિંધેર તુલસીપાન સરગવાની છાન વજન ૬૦૦ મુળ બેડી બોયરીમણી પંચાંગ સરખે બગે લઈ તેનાથી ચાર ગણ વજન સરસ્વતી તેલ ઉકાળી મિશ્ર કરો. પીવાથી શ્વાસ રોગ બલગમનો નાશ થાય. નાકમાં લગાવવાથી હાડકો મસાં રસી પીનસ મટે. (શ. સ.)

આહુતી ધી—તૈયાર મળે છે. વજન ૬૦ સંજારથી ૨૧ તોમા, આહુતી નો તાળો, રસ ૪ શેર, ગાયત્રી દુધ ૧ શેર, ધીમા તાપે ધી સિંધેર કરો ગાડપણ, મગજના દરદોમા રામબાચુ. ચાદરડિન તિલકા જતાવે. (ચરક સંહિતા)

ત્રિકુટાં ધી—ભાંગરા અરકુસી સતાવણી તથા બળેનો રસ, બકરીનું દુધ ત્રિકુટાં સાકર જેડીમધ નીલકમન આસંધ બોયરીમણી અને ધી છે. તૈયાર મળે છે. બે. વખત દુધ સાથે આપો. ગરમ ખે સકથી મેલીયો વધે. આ ધી વખતસર ખાવા આપવાથી અને ખાખ નો અક' આજવાથી આરોગ્ય મેલીયો. અટકી મળે છે.

ખાખરાનો અક'—એનો શેધક અમૃતલાલ સુંદર પડીપાર... વલ્લાનના સ્વેદન માસતરનો મેલીયો અધાપો દુર થયો. સ્વામી કૃષ્ણાનંદ જણાવે છે કે હજારો આહુતીના ચરમા ઉતરી ગયા... અમનનંદ કાગોથી જણવું કે મેલીયામાં અચૂક ફાયદો થયો. જહાંગીરડીનો એક આધેનો ખારવો દેખતો થયો મેલીયા પિંડુનાચક તરીકે રા. પ ને ભાવે વેચાય. મેલી પેડીગમાં ખરીદતો રા. તોનાની પડતલ બે આના થાય. ધર્મોદા આપી પુન્ય હાશગ કરો. પાનમાં મરેલી ઓથે ખાખરાનો અરક બોજન બાદ ખાવાથી ચેડાજ ટલાકમા પુરુષતનની અખળતાનો પુરાવો મલક્યો. જમવા અગાઉ લેવાથી ખન્ડી જેડી જીવ લગાડે.

ફળધરીત—તેજાર મસે છે. મરદ-મહીલા બન્ને લઈ શકે છે. ધાતુદાય દૂર કરે. ગર્ભાશયને પવીત્ર બનાવે, કમુત્રાવક અને અધુરે અવતરતાં બાળકોનો લય દૂર કરે. વંધ્યા સ્ત્રીને પ્રત્યક્ષ આપે, લોહીવા મટાડે. હિસ્કેરાટ શાંત પાડે. (શા. સં.)

સ્વાદિષ્ટ શરબત—સાકર લીંણુ આદુ લીંમ સિંધવ સચ્ચ... ક્ષાષવાલા વાસણુમાં ઉઠાળી ગાળી વાપરો. પહેલી તથા ચીજોથી વીસમાં ભાગે, છેલ્લી તથા ચીજો લેવી. ઉઠાળીયા વગર પણ શક્ય. ચૂંક ઉલટી કમળ્યાત મરડો મંદાગ્નિ દૂર થાય. ક્ષુર ના રતી મેઘલી કોસેરામાં પણ અપાય. (આ. નિ. મા.)

આકૃતાબ આટણુ—માટીના વાસણુમાં મધ ૨૦ તોલા સોડલા ધાના ૧ તોલા, હીમજની શુદ્ધ ૪ તોલા બદામનું તેલ બે તોલા ઘુંટી રાખેલ દુધ સાથે ના તોલો સવારે આટવાથી મોતીયો વધતો નથી. હરસ ચીમરાષ્ટ્ર જાય, લોહી સુંધરે, મગજના દરદો દૂર થાય, રોગની વધે. કમળ્યાત તુટે. ‘હનિશ્વ કસનીશ્વ’ નામનો આ મુનાની પાક છે. અથવા સુંક સોનામખી કલીંગરની બાથ ગુનાગના પુલ ૩-૩ તોલા, ત્રિફલ ૧૫ તોલા, હીંગ ૧૦ તોલા પુરતાં બદામના તેલમાં સેકી, એમાં મધ ૧૦ તોલા ઘુંટી લો. આ પ્રયોગથી બહેરાશ બળગમ મોતીયો ચક્રર શીટસ માયાના દરદો દૂર થશે.

ચંદનને શુલકંદ—સફેદ સુખા બારીક શુદ્ધ ૧૦ તોલા, ગુલાબ જલ તોલા ૬૦ માં બીજની ૨૪ કલાક પછી ઘુંટી નાખી, તેમાં સાકર ૧૨૦ તોલા નાખી ઉઠાળી મુલકંદ જેવું બનાવો. દુધ સાથે એક ચમચો આવાથી પીસાજ સાફ આવે, પ્યાસ ગભરાટ મરમી દૂર થાય, પિત બળતરા ઝાંખપ તથા રસીનાલો પીસાજ મટે.

ખમીરો ગાંવજીવ અખરી—ગતજમાન ૩ તોલા, ધાના ૨૬૧  
અગર ૧-૧ તોલો ગ્રેણવી ઠવાય કરી, જવાહર ૦૧ તોલો અને  
સાકર ૨૦ તોલાની અસણીમાં ઘુંટી અખર ચાંદો મોતી ફરખા દરેક  
બે આની લાર મેલવી ખરણ કરે. સલેખમ હરદય રંગમાં અકશીર.

પથરી તોડ પ્રયોગ—કાળું કાકડી કાઝનજ ચીલડતો મગજ દરેક  
૦૧ લખ, તેમાં હજારલ મહુદ પિષ્ટિ ૮ તોલા ગ્રેણવી ખરણ કરી, પુરવું  
મધ નાખી ચાટણ બનાવે. ગોખરના ઉકાળા સાથે લેવાથી સાકર તથા પથરી  
ફર કરે. (તિખ્યે અકખર)

લકવો—બીલામાનો પાક અકશીર છે. તડકા મરમ પાણી ગરમ  
ખોરાકથી પરે જ રહે. કાપરેલની માથીસ આપે. ચારોલી બદામ કાપર  
વધું આપો. (રસ યોગ સાગર)

મદન માદક—મરમ કુધ સાથે પાવલીલાર ખાવાથી ઝીમાઇ પડેલો  
જવાનો જોસ ફરીથી જાગ્રન થાય. ડાયામીટીસ અસરેમ નામરદો મટે.  
સંગ્રહણી અનિદ્રા સહેદ બાલ નાસ પામે. (હ. યો. સા.)

બદામ પાક—ચાલીસ તોલા બીજવેલી બદામ છોલી સુકવી તેટલાજ  
હીમાં ઘુંટી એલચી સાકર કેસર જાવફલ જાવંત્રી લવંગ પીપર અલક  
અને બંગ ઘુટો...બીજવેલી બદામ નંગ ૩, લવંગના લાણા નંગ ૩, સવારે  
ચીસી માખણ ખાંડમાં ચાંદો તો એટલેજ ગુણુ આપે. હરદય મગજ કાન  
નજર વિષે આયુષ સ્મૃતીમ જવાન બનાવે. (વે. સા. સં.)

આદુની અજાયબી—ચાવવાથી ગેસ છુટે, સરદી તુટે, ગરમાટે  
રૂચી વધારે. બાદી તોડે, દંત પિગ સાંત પાડે, અવાજને શુભંદી આપે,  
હાટને ઠોવન બહે. દીલ્હીથી જાંજર ચીપ્સ આવે છે. તે હીરાલાલ  
મેવાવાલા (જુમ્મા મસીદ) ને ત્યાં સસ્તી મલે છે તે મુરબો ખાવે. અચરો  
હોટેલમાંથી મધ સાથે આદુનો રસ બે કપડે અઠેક ચમચી ચટો...સહેદ  
જાંજર એક ચમચે. બારીક ધારે ઉંચેથી પાવે. ફાયદો થયે.



ખહીનું ચાટણુ—લાખ પીપર દ્રાક્ષ જેઠીમધ સતાવલી ઠાકાસીગ દરેક ૧ તોલો, વાંસકપૂર જે તોલા તેમાં સાકર ૩૨ તોલા ધુંટી ૧૬ તોલા મેલવો, ચાટવા જેવું થાય ત્યારે છેવટે મધ મેલવો. કદ કાઢે. લોહી બંધ કરે. ખહીના ત્રીજા દરજ્જામાં ૪ કલાકે એક ચમચો આપો.

ગુલકંદનો, હરિકે—સાકર એલચી અને ગુલાબની કળામાંથી ગુલકંદ બને. તેમાં પ્રવાળ બંગ તથા મોતીની છીપ પિષ્ટી મેળવવાથી ગુણુ વધે. તોરણમાં તાંબાના કે હારતુરામાં બાધેલા વાસી કરમાવતા ગુલાબ ફેંકી દેશે નહીં. ખાંડ સાથે ચાવી જાવ. તેટલોજ કાપડો આપશે. એલચી-વરીયાલી ખાંડ—આમલીની ચતની, તેટલી જ તાસીર આપશે. લોહિવા પિત રોગ કબજાબાત, મગગના રોગો, લોહીનું દુબાણુ, પ્રદર હરસ, અને ગર્ભાશયની ગરમી દુર કરે.

કુટળા અવલેહુ—તૈયાર મૂલે છે. ધનદરજાવને ૧૬ ગણા પાણીમાં હિમળા ચોથો લાગ રાખી, તેમાં ગાળ તોલો ગાળને અતિવિષ જે આનીયાર નાખી ચાટણુ બનાવો. (ચક્રદત) સંમ્રહણી મરડો રક્તપ્રદર અતિસાર લોહીના હરસ, એક ચમચી ૪ કલાકે ચાટવાથી મટે.

નજલાની નાદર દવા—પાકા નાળયેરનું 'કાપર' તથા તોલા, ગાળ ૧૫ તોલો, આંદ જૈરવ રસ એક રતી સાથે સવારે દુધ સાથે ખવાડો. આ પ્રયોગથી માયાના દરદો, જામરવા, નજલો ગલોઠામા દુર થાય...આખમાં નીકળ્યું શુદ્ધ મારે તો અકેકે તોલો કલોઈની છુટ્ટી ૬ કલાકે આપો. (વૈધ પરમાર્નંદ) આહે સાથે એસપીરીન ૩ ગ્રેન ૧૫ દીન આપો.

છરાંપાક—સાકર ૮૦, છરં ૩૦, વરીયાલી ત્રિફલા. એલચી ચંદન નામકેસર ટુંકન દ્રાક્ષ જેઠીમધ વાંસકપૂર કપૂર લોહ અબક બંગ અકેકે તોલો મેળવી ખપજોગુ મધ નાખો. તાવ પિત વિકાર સંમ્રહણી અને પેટના દરદો દુર કરે.

કોચાં પાંક—તખ્તાર મલે છે. આસંધ—કોચાંની કાંકી તેટલું જ કાંચ કરે છે. શક્તિ સુધ્ધિ વિચાર સોહી વધારે. —લકવો ખડી શ્વાસરોગ સંધીવા કુર કરે. (સિંધ કામરસી કાવળાદેવી)

હેર ડાઈ—ધનેમલના વાસણમાં ગંધક તેળળ એક તોલામાં સીલવંર નાઇટ્રેટ એક તોલા નાખી સઘડીનો તાપ બતાવવાથી ૨૦ મીનીટમાં તેળળ બુળી આંદોની બરમ થશે. તેમાં આમલસારે ગંધક ૨૦ તોલા ખરલ કરેલ. એથે દીવસથી ગુલાબબળ નાખતા જઈ ખરળ કરેલ. છેવટે જોલાળ જળ મેળવી શીશી બરો... મુન-સ્ટાર હેર ડાઈ જણીતો છે. ૩૦ દીન સુધી બાલ પર રંગ રહે છે. પણ ગરમ પ્રકૃતિવાલાને અને બાંખને નુકસાન કરે છે.

ગાજરનો મુખ—જેમાં કુચ્છાનો ગુણ છે. હરલ્ય પેટ ગર્ભાશય આંખ તથા નાડી તંત્રને કોવત આપે.

અંજીરનો મુરંબો—સોનામખી આલુ અંજીર દ્રાક્ષ ખજૂર સરખા વળને પીસી તેમાં મધ મેળવે. આ પોષ્ટિક આટલું ઢાંડો સાફ લાવે, આખોમાં ઝમક પૂરે, ચાંત કરે, રક્ત પિત મટાડે મગજના રોગો નાશ પામે.

હસ્તાન લાવનારો ઉકાળો—ગર ગુલાબના પાન એલાઇના મૂળ દરેક ૦૧ તોલો કપાસના મૂળ ૧૧ તોલો, જીનો ગોળ ૧૧ તોલો, બુધનિ ૬૦ તોલા પાણીમાં ઉકાળી ૧૫ તોલા રખી ગાળી ૪ દીન સવારે પીવેલ.

કઠુની અકંશીરતા—ડા. ડાઇમક દહે-૧૫ ગ્રેન સેકેસો કઠુ મધમાં આટવાથી પેટ સાફ આવે. ધાના તથા કાલીદ્રાક્ષ સાથે ૫૦ ગ્રેન કઠુનો ઉકાળો પીવાથી તાવ ઉતરે. અરધો તોલો કઠુ સાકર અને ગરમ પાણી સાથે લેવાથી હૃદયને જોલાળ થશે.. ડા. ગીમલેટ લખે છે—‘નેપોલેનના સોફા પોલો તોલો સુધી કઠુ આપી તાવ તથા ખરળ મટાડે છે. મડૂસના સરવંન મોહીદીન રોરીક પેતાના અનુભવમાં જણાવે છે—‘ચૂન અજીરણ પેટના રોગો ઉપર કઠુ ગુણકારી છે.’ મેનર ટેમસન જણાવે છે—‘કઠુનો ઉકાળો બનાવી

૧૬મો ભાગ રાખી ૩ કલાકે પીવાથી જલોદ્રવ્ય ખાજોથીયું પીસાય માગે ખાલી થશે. ઉપરાંત શ્વાસ ક્રોધ કમળો અને હરદય રોગનો નાશ કરે છે. ઉઘટી અઝમરીમાં મધ સાથે અપાય છે. હરદય ઉપર ડીછટેલીસ જેવી અસર છે. એસ રોગમાં કડુ સાથે સંયજ અપાય છે.

**સર્વે રોગ નાશક ભુટ્ટી—**પિપ્પલ્યાદી યુષ્ઠ તથા વાપરો. એમાં પીપર નામરમોય અતિવિષ કાઢાસીંગ છે. મુસ્તાદિ યુષ્ઠ નામે પણ કામંડીમાં વેચાય છે. તાવ ખાંસી ઉઘટી ઝાડો સલેખમ શ્વાસ ચોક્કસ મટાડે.

**દરેક કૃમિ હાકનાર ભુટ્ટી—**કાચમાં બી, ખાખરાના બી, કપીલો વાવડીંગ કિરમાણી અજમેા મેળવી ના તોલો, ત્રય વાર ગોળ સાથે આપી, બીજે દીવસે દિવેલનો જોલાજ આપો.

**નારસિંહ યુષ્ઠ—**સતાવલી ગાખર તથા ભોપકાળું કુકરકંદ ગળો કુદ બીલામાં ચિત્રકળય સાકર; એક ચમચી ભુટ્ટી થેડાં ઘી અને કમળ મધ સાથે ચટાદી, ઉપર દુધ પીવો. ૩૦ દીન લેવાથી ક્ષય, ખરણ, ભગંદર શ્વાસ, પથરી, ૧૮ જાતના ક્રોધ, પ્રમેહ, ૮૦ પ્રકારના વાયુ, ૪૦ જાતના પિત્તના રોગ, ૨૦ જાતના ક્ષરોગ, ૬ પ્રકારના હંસ મટાડે. સુવર્ણ સમાન તેજસ્વી શરીર, સિંહ જેવો પરાક્રમી, ઘોષ જેવો અડપ્પી, ગંભીર અવાજવાલો બનાવે છે. (અકૂદત)

**હરનીયાનો પ્રયોગ—**સેફલી હિંગ, ખારેક, સુવા, અજમેા, વાવડિંગ કુદનો, ઇન્દરજય, મરી, એલચી, હીમજ સોનામખી ૧૫ તોલો, સંયજ ૨ તોલા, કાચકનો મગજ ૨ તોલા. સોનામખી સીવાયની દરેક ચીજે છુટી સેકી, પછી સામટી બેલી, બારીક પાછિર બનાવો. અરધો તોલો જે વાર, તજ એલચી સાકર લવંગ નાખેલા અરધો શેર ગરમ દુધમાં ૪૦ દીન પીવાડો. આ પ્રયોગ આંતરડાં જળવાન બનાવે. વાયુ અટકાવે, કમળ્યાત તોડે. ૭૦ ટકા સફળ છે. (વિદક વિચાર)

ચરણી ટ્યુમર હાથીપગનો ઇલાજ—ત્રિકટુ ત્રિકલા ચવક દારૂ હળદર વરણાની છાલ ગોખર ગોરખેમુંડી ગળો ૧-૧ તોલો અને વરધારો ૧૨ તોલા મેલવી પાણી સાથે ચુર્ણ બંધાવો તોલો બે વખત આપો. આ પ્રયોગથી ગાંઠ પથરી કંઠમાળા પથ્થુ મટે છે. (જુદ મહાત્મા)

અરળનો ઉપાય—ગર ૧ તોલા શુદ્ધ નવસાર ૮ તોલા પીપી ૮ રતી બે વાર પાણી સાથે આપો. ઝીણો તાવ કસેન શેગ સોળો, મુનશેગ, મટાડે...શ્લેશ્મના વેપારીઓ કમલાના પડીકા તરીકે આ દવા વેચી તાળ થાયા છે.

ઉલટીનું ઔષધ—એલાદિ ચુર્ણ...પીપર ચંદન મેથ મમરા લવંગ નાગકેસર એલચી...મધ સાથે પાવલીભાર ચટાડો.

કબજાયાતની કાકી—મુંઠ સચળ હીમજ પીપર નસેતર સરખા વજને લો...પંચસમચુર્ણ તૈયાર મલે છે...ગરમ પાણી સાથે પાવલીભાર કાકવાથી કબજાયાત ગરમી ગાંઠ આધરી મટે.

તાવની અમર માત્રા—સાડર નવસાર કુલાવેલી રૂટકડી...પ્રમાણ ૩ રતી બગડતી નથી...પરસેવે લાવી દરેક તાવ ૪ કલાકમાં ઉતારે.

ઉંઘની દવા—સપર્ગધા ૧, ખુરાસાની અજમો ૨, જટામાસી ૧, લાંગ ૧, પાણી તોલા ૪૦ માં ઉકાળો ઘટ બનાવી પીપલીમુળ ૨ તોલા મેલવી, બે રતીની ત્રણ ગોળા પાણી સાથે આપો. ઉપલી ચીજનો ઉકાળો ઠંડો કરી ખાંડ સાથે પીવાથી ગુણુ કરે. માથાના દરદો, બોલીનું દબાણ હિરટીરીયા અનિદ્રા દુર કરે. (ભ. ત્રિ. આયુર્વેદ)

કાલેરાની ગોળી—લીંબુનો રસ છૂં લસન હિંગ મંધક સિંધવ ત્રિકટુની બનેલી લઢમુનાદિ ગોળા તૈયાર મલે છે. કાલેરા, ગેસ, પેટના દરદોની રામખાણુ છે. મંધક વતી એને જ કહે છે. લગન ઠપમુદ્ધ દરે પરદેશથી આવવા લાગી છે. (લોનિખરણ)

—તાર્ખાર મલે છે એમાં ઠરતૂરી ૧ કેસર ૨ જાંયદલ  
૨ લવંગર અરીણુ ૩ લાંગ ૭ અને મધ છે. દુધ સાથે એક ગોલી લેવાથી  
શ્વાસ મરડો ઝાડો દૂર થઈ રૂઝવત પથે.

શ્વાસ રોગની દવા—રેવંચી શીરો અને દારૂડીના બી ગુંદરના  
પાણીમાં અડદ જેવી ગોળી બનાવે. એકજ ગોળીથી ઝાડો ઉલટી થઈ સસણી  
ગભરાઈ દૂર થાય.

મદરાંતક ગોલી—અકીક ૧ ઠરના ૧ હીરાદખખણુ ૨ રસવંતી ૩  
ધુંટી પાણીમાં વટેના ગોરી બનાવે. ચોખ્ખાના પાણી સાથે બે આપવાથી  
દરસતું લોહી બધ થશે ચોખ્ખાં આવશે ઝાડો સાફ આવશે. રામબાણુ  
છે. (વે. ચિ. સા.)

દસ્તાન લાવનારી ગોળી—કસીસાદિ ગુટી તખનાર મલે છે. એમાં  
ચિત્રક ઇન્દ્રામણી હીંગ ટકન એલીયો હીરાદસી છે પાણી સાથે ૪ ગોલી  
દસ્તાનની અગાઉના પંદર દીન આપે. દુ.ખાવો દૂર કરે છે. રજ પ્રવંતીની  
પણુ કહે છે. (રસ તરંગીની)

હીરદીરીયા રૂઝ દીન પ્રયોગ—કપુર વજ ગાળે ૧-૧ તોસો, જટા  
માસી ૨, ખુરાસો ૪ કેસર ૦૧ તો. આદુના રસમાં વટેના જેવી ગોલી  
બનાવી રોજ ત્રણ વખત પાણી સાથે આપે.

કંઠમાળ—વજ્રાદિ કચાચ સાથે કાચનાર ગુમળ આપે. વાકેરીમૂળ  
અમરકંદ અઠશીર છે. સોડેલાં લીંબુમાં મરી નાખી ચુસવાથી પણ કંઠમાળ  
ઠોનસીન દૂર થાય. લીંબુનો રસ પીવાથી કેનસરની ગઠિા મટી ગઈ છે.  
મેથીના દાણા એક ચમચી જેવો અથવા મરી સાથે મેથીની વાણનો રસ  
સવારે પીએ.

ટપુમર—કુમારીઆસવ સાથે કાંકાયણુ ગુટી આપે.

૧. મરડાનીફાકી—જાણેલ ખારેકે ખસખસ પોલતો છુતો દહીં સાથે મેંટેના જોટણી આપો. ઉંધ લાવે, દરદ થાત કરે, આંતરડાને દોરત આપે, જાંતુ મારે. મરડા વખતે પહેલાં જોકાદ-એ ઉપવાસ કરવાથી કાચો ચીકણો રસ દૂર થશે...કેટલાક વેપારીઓ હીમજ સાથે સોંઘી વરીયાલી આપે-છે તો ખીજા નાજકેસર ઇસસ જાણેલ અથવા સોંઘી મેયાની જોંઘી છુટી પડ્યાવે છે. દરેક કાવચકારક છે.

૨. સુરજીગાંઠની ગોળી—હિંગ સંચળ નવસાર દરંજના બી હીરાખોમ ગુણ હિંગજો ૫-૫ તોલા એળાચો, ૧૦ તોલા કુવારના રસમાં વટેના ગોલી બનાવો. પાણી સાથે બે-બે આપવાથી ૩૦ દીનમાં શુદ્ધ કરશે. પેટના વાયુ કમજવાત શુભ મટાશે.

ખાંસી ખતમ—જસો તોડા પાણીમાં ૩૦ તોલા બાવલ છાલ ઉકાળી કડો પાડી, તેમાં એલચી ૦૫ કપૂર ૧, ચખણ ૨, સફેદ કાચો ૪ તો છુકા મેલવી ચનાપુર ગોલી બનાવી ચુસાડો. ખાંસી મટાડે, ઉંધ લાવે, અવાજ સુધારે, ઘંતને કદ કરી મોઢાના છાલાં મટાડે. કાસમદાન નામથી વેચાય છે.

—ધનુરાના રસમાં ઉટકંટાની છાલ, ઉત્રી ભોયરીંગણીની છાલ, દુધમાં શુદ્ધ કરેલી સફેદ કરેણના ચૂળની છાલ, છુંટી ચણપુર ગોલી પાનમાં ખવાડો. દુધ-ધી વધુ આપો. કલ્પિંગર ગોલી તાબ્યાર મલે છે. (૨. ત)

ચંદ્રમલા ગોળી—હરનીવા લોહી દગાણુ કેનસર હસ્તદોષ ધાતુવિકાર વાંચ્છ ગર્ભાશયના રોગો પ્રોચ્છ પરમાચો કમરના દરદો કમજો મૂત્રક્રમ મટાડે. અસાધ્ય ભગંદર દુર થાય. વિદ્યાર્થીને ચંચળ બનાવે. (ચંદ્રના કામસીની ઉત્તમ છે)

**જનતાન—**અજમાના પુલ ૦૧, એલચી કપૂર લવંગ ૧-૧ તોલો, જાવંત્રી ૨ તોલા, જેઠીમધ શીરો ૭ તોલા, અરધો કલાક પાણી સાથે ખરણ કરી એ રતી સેકારીન મેલવી અઢેક રતીની ગોલી બનાવો. શ્વાસ ખાંસી ઉલટી અજીરણ અને ગળાના રોગો દુર કરે.

—પીપર લવંગ જેઠીમધ શુદ્ધ ઔદકાયલાની સરખા વજનને જુકી બનાવી ૧૨ કલાક ખરણ કરી અઢેક રતીની ગોળી બનાવો. સવારે ઘી સાથે, સાંજે ગરમ દુધ સાથે આપો. બળગમ, કબજાત, પાંસલીનું થળ મંદાગ્નિ દુર યશે.

**ફરેક તાલ—**આવધના શુંદર સાથે શુદ્ધ ધતુરાના બી પીસી, મરી, જેવી ગોલી બનાવી ધર્માદા આપો. તાલ અટકાવે છે. તાલ વખતે આપંશે નહીં (રામ સ્વામી) કાચકા-પીપરની ગોલી, ગોદંતી લરમ, તુલસી-મરી, લીમડાના પાન, પાનમાં કપૂર, લીમડાની છાલ, યુકેલીપ્તસ, નંગોડના પાન, પુલના-મરીની ચાહે અને ઉપવાસ, એટલાં વાણું તાવનાશક છે.

**સંજવનો વટી—**નિર્દોષાં નિકટુ વજ વાવડીંગ ગળો વજનાગ સિલામો છે. તુલસીના રસ સાથે લેખલ પ્રમાણે અપાય છે. અગ્નિ દીપાવે, કંકે હાંકે, કેલેરા જીતે, સાંખનો ડંખ ઉતારે, તાવ ઉતારે, ન્યુગોનીયામાં સફળ પ્રવાળ પિપ્પી સાથે ટાઇફોઇડમાં ૨૧ દિન આપવાનો રિવાજ છે. હિંગ્લો મેલવવાથી વધુ અક્ષીર બને.

**ખહીનો દીલાજ—**અનુમુખ રસ મધ સાથે આપો. લોહ અલક સેતું કળલી છે. લોહી વધારે ધાતુ વધારે. ખહીના તાલ વખતે પણ અપાય છે. માત્રા ૦૧ રતી છે. ત્રીજી રિચતી સુધી કામ આપે.

**ગાંડપણુ—**ક્રોધ ચિંતા કે ભયનું કારણ હોય તો તાપ્યાદી લોહ, ખીજા કારણોમાં સમૃતિસાગર રસ અપાય છે. વાચા લકડે, જીજ તોતડાય, જીનો લકવો, શીટસ બેહોસી, નળણી ચાદાસ્ત, નાડીતંત્રના રોગોમાં અચૂક શુભ આપે.

—લોહ અમક બંગ અને નાગ ભરમ સાથે શિલા  
જીત અને આવલ કુલની કેસર લીંબુના રસમાં ઘુટેલાં છે. કલેઝ, ખીસાખના  
દરદો, પોરટેટ અને હાથાળીડીસમાં પ્રભાવીક છે...કરેલાનો રસ તથા  
લીંબુની અંતરનો ઉકાળો મધુ મેહમાં કાયદો કરે છે.

**ખીસાખમાં રસી**—મુવણું બંગ અકશીર છે. મુન વિરચક ક્વાથ  
અથવા પ્રમેહાંતક ગોળા આપો.

**આયુરવેદની એટમ શક્તિ**—હિંગળો હરતાલ એળાયો ગરણી.  
નદરખ મનશીયુ અકકલકરો રેવંચી જેવાં ૨૩ દ્રવ્યો સાથની માણિક  
રસાદિ ગ્રીક તખ્યાર મલે છે. એકજ દવાથી તાવ રળ ઝાડો શ્વાસ આધરી  
ઉપસ્યું કબજાઆત હરનીયા હરદયરોગ મટે છે. (આ. નિ.) કુમાર  
કંદ્યાયુ રસ, અંદ રોખર રસ બાલકું મુદી, ખાલ સંજીવન રસ, અરવિંદ  
સવ અથવા, જાયફલ-જવંત્રી-લવંગની સામટી ભુકી મધમાં ચઢાડો તો  
બાલકોના સર્વે રોગો દૂર થશે.

**અસાધ્ય મદર**—પાપલુમેદ મુળની ભુકી બે આનીબાર, સાકર ના તોભો  
સાથે શુદ્ધ બોદાર સિંગ ૩ રતી આપી દુધ પીવાડો (૨. યે.)

**મુત રોખર રસ**—સોનું તાંબુ વછનામ ટંકન કળલી ત્રિકટું ધતુરાના  
બી એલચી તજ તમાલ પત્ર નાગકેસર બીલી ફળ રાંખ જાંઘરાનો રસ છે.  
અમલપિત, સમ્રદણી, શ્વાસ, તાવ, ખાંસી, હરદરોગ, ટ્યુમર, માંઠ, ઉલટી  
અને ખલી ૪૦ દીનમાં મટાડે.

**હાથી પગની ગોળી**—કળલી તાંબુ બંગ હરતાલ મોરચુયુ રાંખ  
કોડી લોહ યોગવજ વરધારો મચી ૩૧ દવાનો પાક છે. નિત્યાનંદ રસ તરીકે  
તખ્યાર વેચાય છે. આ પ્રયોગથી તમામ પ્રકારના હાથી પગ સારા થાય.  
એપેન્ડીક્સ ટ્યુમર વધારાવલમાં કાયદો કરે. લાંબો વખત ચાલુ રાખો. (૨. ૨. સ.)



**કેશરાદિ વટી**—કેસર સાકર ચંદન લવંગ જવંત્રી રસકપુરની બનાવટ છે. ઘીમાં અથવા કાલીદરાખમાં લપેટી ગળવા અપાય છે. નાસુર ગળગંડ લકવો સંધીવા લોહીવિકાર વિપદોટક સીરીલીસ તમામ ગરમીનો ચોપી દરદો તામે કરે છે. મંજીષ્ઠાદિ કવાથ સાથે આપવાથી લોહી જલદી સુધરે, તેજ મરચું ખટાણની મનાઈ છે. દુધ ચોખા, ઘી ખાંડ, ઘઉંની રાટલી કાયદાકારક છે. (આ. ઔ.)

**હાઇડ્રોસીલી**—શ્વેતિ બાધિકા ગોલી અશ્શીર છે. બાવે પ્રકાંશનો પાંક છે. નિત્યાનંદને મલતો છે. થોડાજ દીવસમાં કાયદો પૂરે છે. અંદરબિના પહેલાં તમકકામાં ઉપયોગી છે. ખુબ પાણી બરાયા પછી આ દવા શુભ આપતી નથી.

**જલંદર**—ચિત્રકમૂળ નેપાલો ત્રિફળા ત્રિકટુ દલદર મનશિલ કજલી મક્કી ૧૦ દ્રવ્યો છે. દયમૂળના ઉકાળા સાથે ખે રતીની માત્રા આપે. શ્વેત સોળે જલોંદર દૂર, થાપ, લીવર સુધરે, અગ્નિ દીપે, દિવ્ય આપધી છે. જલંદરમાં ખોરાક નીમક પાણી ઝેર સમાન છે. ઉપવાસ દિવેલ ગરમ દૂધ લીંછુ કે સંત્રાનો રસ, મધ-લસનની છુટ છે. એકલા, ગરમ દુધ પર રાખવાથી, કમલ વગને પીસાળ રસે પાણી ઉતરશે. (ભે. ૨.)

**આરોગ્ય વરધીની**—અશ્શરીમાં દુરેત કાયદો આપે. કમળો દુર કરે. ગુરદા તથા કલેજું સુધરે. ચરખી પીગલાવે. હરદ્યનો સોળે નાશુંદ કરે. પીસાળ લાવે. ઉપરાંત તાવ જલંદર નખજાઈ શ્વેત સોળ કમળપાત્રમાં પ્રભાવિક છે. રાહીયા ચરખા સાટોડી અને કુવારના ઉકાળામાં આ દવા આપવાથી ખરજ કાવતુ સ્પર્શીન ચોક્કસ નાની થશે. (નાર્ગોળુન ચોગી)

**પથરીના પ્રયોગ**—ત્રિફળાં ધાના ધમસો પાઝાણુભેદ બિન્નેરીલું સુળ અને ચીલગના બીના ઉકાળા સાથે ત્રિવિક્રમરસની ગોલી આપે. (૨) કલદી અને ચરખાના ઉકાળામાં સુરાખાર પીવાડો. (૩) કાલા કઢૂની છાલ કેસડીના પુલ ગોખડ સતાવલીનો ઉકાળો જવખાર સાથે પીવાડો.

(૪) આવસના ગુદર સાથે બારલીવિટર, બીગનો સુપ, લસન, પાલખલાજી વજ્રાદિ ગ્રામ લી જુનો ઉકળે. કાશમીરી પેર, સાટોડી, યૂન વિરેચક કવાય-એટલી, ચીને, પથરી પીગલાવે છે. માંસ-મીઠાઈ કચેલની મનાઈ છે.

‘લકવે’—રાસનાદિ કવાય સાથે એકાંગનીર રસની બે ગોળા આપે. કંપવા અકકઠ ધુગરી સ્વાયાટીકા સંધીવા લકવે દુર કરે. વાયુ તથા કફના લક્ષણો દુર કરે છે. પિત્તનો અનુબંધ હોય તો, પ્રવાળ પિષ્ટિ મોતીની પિષ્ટી, ચક્રમ્મા કે માખણ ખાડ સાથે બદામ ચટાડે.

સ્નાદિષ્ટ પાચન—સાષ્ટ્રીક એસીડ ૧૫, ત્રિજાત ૬ તોલા, સૂકે ૪, મરી ૨, પીપર ૨, જીરું ૧૨, ધાના ૬ તોલા લેા. પથરના ખલમાં બે ચમચી, પાણી નાખી સાષ્ટ્રીક છુટો. પછી ઉપવાં ખારીક સુણો મેળવી જણ કસાક છુટો. પછી સાકર ૧૬ તોલા નાખી છુટો. છેલ્લે સિધવ ૧૦ તોલા નાખી ખરણ કરો. પાણી સાથે પાવલીભાર આપવાથી વાયુ અરૂચી કમજીયાતનો નાશ થશે ખાંડ નાખવાથી સુણું ચીકણું બનશે.

વાસાદિ સુણું—નસો કાઢેલાં અરુસીના પાન ૫ શેર પાણી ૨૦, શેરમાં નાખી, ગરમ કરો તેમાં સંચળ સિધવ ૪૦-૪૦ તોલા અને પાપટખાર તથા જવખાર ૨૦-૨૦ તોલા નાખી, પાણી સોસાઈ ગયા પછી ઉતારી સુકવી સુણું શીથીમાં ભરો. મધ સાથે, ૮ રતી ચાટવાથી દરેક ખાંસીમાં ચમત્કારી ગુણ આપશે (આ. નિ. મા.)

(૨) સિતોપલાઃ સુણું તોલા ૧૦ માં, જેડીમધ બનદસાં મેળવળેલી, અને તાલીસપત્ર ૧૫-૧૫ તોલા મેળવી, મધ સાથે પાવલીભાર ચટાડો તો દરેક પ્રકારની ખાંસી શ્વાસ મંદગિન ન્યુમોનીયા સલેપમ મટાડે છે. ધીમે દાઢમગી તાવ પણ દુર થાય.

ન્યુમોનીયા—આખાના મુગની છલ સુવણું જ ત્રિજીવનનીકીર્તિરમ સાથે મધ ૪ કવાકે ચટાડો.

ધનુરવા—કાલકુટ રસ તાપમાણ છે.

ચાંદીના ભસ્મ—સાધક પિત્તને વ્યવસ્થિત બનાવી બુદ્ધિ વધારે સુતિકાગ્નિરોગ બદલાટ ચૂપ કરે છે. એવચી આમલા વાસ કપુર ગળે સત્વ મધ સાથે ચાંદી ભસ્મ સડો (ગિન ગ્રીન) દૂર કરે. મધ સાકર બંગ સાથે ભસ્મ આપો તો મટે. ચાંદી અમલપિત દૂર કરે. પિત્ત બળતરા વેલ્વા શાંત પાડે. દુધ તથા ઇસબગોળની ખીરમાં ભસ્મ આપો તો ૨૦ જાતના અમેઠ નાશ પામે. શીતળ સારક રૂચીકારક છે. જેમ કલેન્ડર બરળ અને ઇન્દ્રી દોષોમાં તાંબાની તાસીર જથ્થાઈ આવે છે તેમ મુત્રપિંડ મગજ તથા જ્ઞાન દોષો ઉપર રૂપાંતી ભસ્મનો શામક પ્રભાવ ધ્યાન જેવનારો છે. આંખોને કાયદો કરે છે. જંતુગ્રન્થ ક્ષયની સર્વોત્તમ ઓષધી સોનું...પણુ કટલાક રોગોને સોનાની ભસ્મથી તાવ વધે છે. ત્યારે સોનાને બલ્લે, રૂપાની ભસ્મ સાથે બંગ ભસ્મ અપાય તો પિત્તબળતરાની શાંતી થશે, ગરમ દેહ મટે ચાંદી ભસ્મ અત્રત તૂલ્ય છે. માટલાના પાણીમાં ચાંદીનો દુટકો રાખવાથી પ્યાસ ઓછી થાય.

હરતદોષ વિધિઆવ—એલચી વાસકપુર પીની માટી ૧-૧ તોભે બંગ ભસ્મ ૦૧ તોલો મેલવી ૧૪ પડીકી બનાવી, રોજ બે વાર આમલાના પાણી સાથે લો. ઠંડીના દોષોમાં આમલાનું પાણી ગરમ લેજો. હાથિના ટોલાને સિંક જીતે છે તેમ પીસાળના તમામ દરદો જીતનારી રાજ ઓષધી બંગ છે. હરતદોષ (M. B.) માં પણુ અકશીર છે. બંગ, વિધિ રંથાનને બંગવાન કરી મંદગ્નિ દૂર કરે. બુદ્ધિ વધારે જંતુ મારે. બંગ ભસ્મ વાપરે પાચી પેટના કેનસરમાં કાયદો કરે, ગર્ભાશય સુધારે. ગર્ભધારણમાં મદદ કરે. ત્રિબંગ ભસ્મમાં સીસુ કલાઈ અને જસત છે. નામરદી અને ગાયાત્રીટીસમાં ત્રિબંગ વધુ પ્રલાવિક છે.

પાઠાં—શિલાજીત આપો. લીંબોલી તેવના પોતાં મુકો.

સાયટીકા—કફથી થયેલા વાત રોગમાં વાત ગંભીર કુશ અને આર દોષથી પરિણમેના દરદોમાં મહા યોગતાજ ગુગળ રામપણુ છે. આમ તથા કફના રોગમાં મખ પીપર અને વાયુના દરદોમાં દિવેલ અકશીર છે.

**હડખી ખાંસી**—કામદુષ્ક રસ અકથીર. ‘એનો પાક-મેની પ્રવાળ કોડી સંખ ગર ગળોસત્વ; છરં સાકરે સાથે ૩ રતી આપે, પિત્તા તમામ દરદો દુર કરે. જનો તાવ, ચકકર, મગજના દરદો, પ્રદર, લોહીવા, ગલવંતીની ઉલટી ખરોખર મટાડે છે.

**ધ્યાસ લાગે**—કુપુર મરી એલચી સાકર સુગંધી વાળો મેલવી ૪ રતી પાણી સાથે આપે. ખજુર દાઝમ મધપાણી કે અંજીર ખાવાથી ધ્યાસ ઓછી થાય, ખજુરનો છાંયો મેઢામાં રાખી ચુસે.

**અસાધ્ય અડગરી**—હિઝંતક રસ અકથીર...સેલું મેતી તાંબુ લોહ બીજોરાનો રસ...છીંછણી સુંઘવાથી કે એકલી હીમજ પાણીમાં ઘુંટી પીવાથી અડગરી યંત થાય.

**ધ્યાસાંતક ગોળી**—ટંકન ૧ મરી ૧ સાબરસીંગ લરમ ૫ તોલા મેલવી મધ, ઘી કે સાકર સાધના દુધમાં જણુ રતી આપે. બારંગીનો ઉકાળો કે લીકવીડ એસેટ્રેક્ટ કુઠં સારો ગ્રણુ આપે.

**ખાંસીને હડખી પ્રધાન**—મરી મધ અને સાકર ચાટો. અરકુસી પાનનો ઉકાળો મધ સાથે પીવો. મેહાવજ ચુસો. લવંગાદિ ઝાળી ચુસો. આદુ રસ અને મધ ચાટો. અંદામૂત રસ મધ સાથે ચાટો. તુલસી પાન, આખાં મરી કે હવદનો ગાંઠીયો ચાવે.

**લક્ષ્મીવિજ્ઞાસ રસ**—સેલું ચાંદી અમરક, લોહ તાંબુ જંગ મંકુર નાજમરમ વજનાગ મેતી રસસિદુર મધ...પ્રમાણ એક રતી...પ્રવાળ અને ગળો સત સાથે ક્ષય મટાડે. વિપર-મધ સાથે ચકિત વધારે. ‘સોજનમાં પીણુંડીના અરક સાથે અને નામરદીમાં જંગ સાથે અપાય છે. ચિમગાઇ જતા હોડને મૂળમાં પાણી રેડવાથી પ્રકુલ જની પાન ફળ પુલ ફરીથી આપવા મડે. તેમ આ રસ જુગતી જીવન જ્યોત ફરીથી પ્રકાશીત કરે. ધ્યાસ ખાંસી હરસ કમળો અને પાંડુરોગ પણ જીને.

ખરજવાં-ભગદરનો ખાત્રીનો ઇલાજ—ધામારી પીસી લગાડો. રાતે-એરડ્યુ લગાડો. એ બુદ્ધીને 'જખમે હયાત' કહે છે.

તાપ્યાદિ લોહ—ત્રિશૂળાં ત્રિકટુ ચિત્રક વાવડીંગ મોથ માક્ષિક મંડુર લોહ ચાંદી અને શિખાજીત...પ્રમાણુ ખે આનીભાર...એનીમીયા કયાખીટીસ કમજવાત કમળો, લીવરરોગ અનિયમિત અટકાવ ચોક્કસ દુર કરે. :

અગ્નિતુંડી ગોળી—ત્રિશૂળા ત્રિકટુ અજમો વાવડીંગ સચળ ચિત્રક વજનામ જવખાર કમ્બલી સાથે ૫૦ ટકા એરકાયડા છે. ઉલ્લહી, એકકાર, વામુરોગ, સંઘડણી, સંધીવા, લકવો, કુતરાતું એર, હરદય રોગ બંધની દુર કરી પેટ સાફ લાવે છે. બગડેલાં પાચનની ચરતીયા દવા છે.

હરસ—અથકકાર અકથીર...લોહ અક્ષક કમ્બલી બેનફલ ચિત્રક કલમારી ત્રિકટુ ટંકન જવખાર દંતીમૂળ વીગેરે...વટેના જેવી ખે જાલી પાણી સાથે આપો. પાચનશક્તિ બળવાન થાય, દસ્ત સાફ ઉતરે, કુઠાડી જેવી તિક્ષણ તાસીર.

સંઘડણી—ખે દીન ઉપરાસ કરાવી, આમનો નિકાલ કરાવી પછી ૪ કનંકસદરની ખે જાવી જણ સાથે ત્રણ વખત આપો. હિંગોલક મંધક ત્રિકટુ ટંકન વજનામ ધતુરા ખી છે. આ દવાથી બાળકોને દાંત જલદી પુટે છે.

મૃતસુજય—આદુનો રસ હીંગળો વજનામ ગંધક મરી ટંકન પીપર પ્રમાણ ૧ થી ૩ ગ્રામી...એલેરીવામાં કાલીજીરી અને ગોળ સાથે, ટાઇફોઇડમાં આદુના રસ સાથે, અજરણમાં લીલુના રસ સાથે, લકવામાં મધ સાથે, ગાઉટમાં ખીલીપાનના રસ સાથે, કફ સાથેના તાવમાં કે વાતજ્વરમાં સુંકે. લવગ વરીયાની પુલનાના ઉકાળા સાથે આપો. શિવ લગવાન જેવો સિદ્ધિ દાતા છે. પ્રમાણ ૧ થી ૩ ગ્રામી. અતિસાર અને કમરમાં ઉપયોગી છે.

**ખહીના તાવ**—જ્યમંગળ રસ...ટંકન તાણુ બંગ માસિક કમ્પ્લી સેલુ' ચાંદી લોહ કરીયાતુ...અમાણુ એક રતી છે. સાખ્ય તથા અસાખ્ય તમામ આઠ પ્રકારના તાવોની અલગેક જોષધી...દાષ્ટકોષમાં પણ અપાય છે.

**પીસાખમાં રસી**—સુવણુ બંગ...સુરોખાર નવસાર દલાઈ અને કમ્પ્લી...જૂના પરમિયાના ઝેરને દુર કરે. ચાંદી નામરદી ચામડીના રોગો હતે. ડાયાબીટીસમાં શુણકારી. મૂત્રનળીમાં જળતરા અને બાકુળતા દુર કરે. મલાઈ સાકર સાથે તથા રતી અપાય છે. (૨) ચાંદી શંખાવલી મધ.

**ફટકડીના ઉપયોગ**—પેટમાં સીસુ ગુપ્ત હોય તો ફટકી પત્રેન બે દલાઈ આપો, મરડો હોય તો હીરાભેળ સાથે આપો. હરસમાં લોહી જતું હોય તો ફટકીની પીચકારી મારો. હીપથેરીયા હોય તો ફટકડી મરચાં લગાડો અથવા કોમળા કરવા જણાવો. ટોનસીવ ઉપર ફટકી મધ લગાડો. જુની સરદીમાં ફટકી પાઉર સુધાડો. અદર પરમીયા લોહીવામાં ફટકડીની પીચકારી આપો. મળીય પાણીમાં નાખવાથી મેલ નીચે ખેસે અથવા ઉપર તરી આવે. ફટકડી-સાકરનું પાણી ઉલટી અટકાવે, ખરજવા પર ફટકી ટંકન મધક લગાડવાથી જંતુ નાશ પામે. આકડા દુધમાં ફટકી લંગાડવાથી દંતપિત્ત દુર થાય. એક વૈદરાજ અઝમરી તથા કમળામાં વાપરે છે. દુલાવેલી ફટકડી ૮ સાથે ગર ૧ ગળા સત ૧ ગોઠંતી ૧ મેલવી રાખવાથી અવિનાશી માત્રા બને. એનાથી તાવ ખાંસી પ્ર ૨ ડાયાબીટીસ નાર મગજના દરદો લોહીવા હાખી ખાંસી રક્તપિત્તમાં તુરત ફાયદો થાય.

**આપરેશન વિના પથરીના પ્રયોગ**—પાણીમાં ધમી હાથેલ ધટ્ટક આસરે ૧૦ રતી સવારે લેવાથી ૮ દીનમાં જ પથરી ગળી જશે.

(સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી અજમેર).

**સંગયસખ સસ્ત્ર**—પેગની અરકિન, ધાતુની નખળાઈ હરદ્યતી કમળેરી અને ચાંનતંદુની કમ તાકાત દુર કરે. મધ સાથે ૩ રતી ભરમ આપો.

**સાખરસી ગ જરમ**—નવસાર ૪ રતી અને સાખરસીંગ ૧ રતી ગરમ પાણી સાથે પીવાથી કફનો ગળો પીગળવા માંડે છે. આ ઉપાયથી સલેખમ તથા માથાના દરદો દૂર થાય. મધ તથા તુલસીના રસ સાથે બે રતી આપવાથી શ્વાસ રોગ મટે, પ્રવાળ પિંડી સાથે આપવાથી રીફ્ટ મટે. સોનું અસક તથા સાખરસી ગ આપવાથી ખહી તથા છનો તાવ મટી ગયા છે. સૂંઠના ઉકાળા સાથે દવા આપવાથી ન્યુમોનીયામાં કાચદો કરે. સાકર સાથે ખાવાથી કફ છુટે—મધ સાથે ખાવાથી કફ સુકવે. ગળો તથા પ્રવાળ સાથે આપવાથી કાચનો તાવ દૂર કરે (સ્વામી સદનંદજી)

**જહર મોહરા જરમ**—ચુનકંદ સોદાબાઈમાં સાથે ૪ રતી દવા લેવાથી લોહીનું દમાણુ ઉતરે. અરધા કલાકે એક રતી આપવાથી ઢાલેરા દૂર થાય. પૂષ્કળ દસ્તાન જાત ત્યારે પ્રવાળ પિંડી અગ્રક ગળોસત્વ સાથે જહર મોહરા પિંડી અપાય છે. બીજા રોગોમાં મધ સાથે ૪ રતી અપાય છે.

**અડીક જરમ**—મધ સાથે ૩ રતી આપવાથી રક્તપ્રદર અંખનો દરદો હરદયની કમળેરી દૂર થાય.

**પ્રવાળ પિંડી**—ધાતુક્ષિણતામાં મલાઈ સાથે, લેંગની નબળાઈમાં બદામની ખીર સાથે, રક્તતપિતમાં આમલાના મુગેના સાથે, પિત્તજન્ય પાકુરોગમાં માખણ સાકર સાથે, મસ્તક પિઝમાં માખણ બદામ સાથે, ખૂનલી કે નેત્રરોગમાં મસક સાકર સાથે, અટકેલી પીસાબમાં ચોખાના કુવન સાથે, ખહીમાં સિતેપલાદિ ચુલું અને મધ સાથે, હાડકાં ભેડવામાં મધ સાથે, પિત્તની ખાંસીમાં દાડમ સાકર સાથે, નરવસ હીસાઈમાં મધ તુલસી સાથે, પ્રદરમાં કાચાં દુધ સાથે, પાતલા ચરિર માટે નાતરવેલ પાન સાથે, વિષ નિકારમાં ઢળાં સાથે, શ્વાસ-હોઝગમાં હરદે મધ સાથે, છુના તાવમાં મધ તથા વાસકપૂર સાથે, સુરી ખાંસીમાં સાકર સાથે, બળગમમાં મધ સાથે. પ્રમાણ બે રતી, દીનમાં બે વખત.

જીર્ણવર—પીપર સાકર બેળાનું સત્ત્વ હમ વગને મેલવી ૬ વાલ સુધી દુધ સાથે ૩૦ દીન આપો. આ પ્રયોગથી શક્તિ વધશે. હાલકનો તાવ ઉતરશે. (૨) ફટકડી ૧ ઇંચઅગ્રુલ ૮ અને ગાળ ૪ મેલવી ચણીબોર બેવી-ગોલી રોગ ૩ વખત આપો, તાવ ખાસી છનો તાવ દૂર થશે. (૩) દુધ સાકર સાથે અવાળ પિષ્ટી એક વખત. (૪) રોગ લેવાથી તાવદાન ટંકડો ચશે-હાલકની જશે. રીંગણીનું દાંતણુ કરવાથી ત્રણ દીવસમાં તાવ જાય. (૫) કરીયાતુ પાણીમાં પલાળાને પાવો. (૬) કકુનો છુકો એક અમચી પાણી સાથે પાવાથી દરેક પ્રકારનો તાવ કબજાવાત ઇતદિગ્ન બટે. (૭) ચીંકામાં ધતુરાપાન અગાઉથી લપેતી હાથે બાંધો. (૮) સંત્રા ખાલનો ઉકાલો.

## સરળ ઉપચાર સંમિહ

તાવ—દહીં સાથે ફટકડી બે વાલ ચટાડો તે તાવ જાય. (૨) સરકમાં ઇંચઅગ્રુલ પીસી કપાસે લગાડવાથી તાવનું માથું ઉતરે. (૩) ગાળ પીપરની ગાળા આપો. (૪) મધમાં મેંદૂર પીપર ચાટવાથી જીર્ણવર મટે (૫) સુરો ખાર ચંદન કપૂર મેલવી ચણીબોર આપવાથી પાંચ જાતના તાવ જાય. (૬) ટંકન-ગોદંતી ૩ વાલ દુધમાં લેવાથી દરેક તાવ જાય. (૭) પીપર ફટકડી મધમાં બે આનીભાર ચટાડવાથી ન્યુમોનીયા મટે. (૮) દુધેલી જેલિ મધ સાકર મધમાં પાવલીભાર ચાટવાથી હમ મરડો જીનો તાવ મટે. (૯) બોરપીંછના ચાંદલાની રાખ મધમાં પાવલીભાર ચાટવાથી ઠંડું શરીર ફરીથી ગરમ થાય-ત્રિદોષમાં શરીર ઠંડું થાય ત્યારે વાપરો. (૧૦) ગોદંતી ભસ્મ પાંચ રતી, તુલસીના પાન ૬ મધમાં ચાટો. (૧૧) લક્ષ્મીનારાયણ રસથી તાવ અગારી અતિસાર ઉપશ્ચું સુવારોગ મટે.

પ્લેગની ગાંઠ—પહેલો દુખાવો પછી ગાંઠ અને તે પછી તાવ થયો તે રોગીએ મરણ પામ્યા તાવ આવ્યા પછી ત્રણેક દીવસે ગાંઠ યથા તેઓ બચી ગયા તાવ માટે પિતલી ચાંલીના ઉપાયો આપો. ગાંઠોપર દોષમીરના રસમાં ગુલે અરમાની લગાડો.



હરસનો પ્રયોગ—વવડું સુણું કેપસુલ નંબર બેમાં ભરી. દીનમાં ત્રણ વાર બ-બે નંગ છાશ સાથે લેવાથી દરેક પ્રકારના હરસ દૂર થાય. (૨) આસો મહીનોમાં દસરા અગાડિના છ દીવસો (નવરાત્રિ) ખીજો ખોરાક તાલન બંધ કરી તેમ હલદ ધાનાશર નાખી પકાવેલું મીઠું સુરણ ખાવામાં આવે તો હરસ ચોકકસ મટી જાય (૩) કપૂર જાવફલ-એરડ્યુ, વ્યથવા હરતાલ કાથો માખણ લગાડવાથી હરસ મટે. (૪) કાચકા પાનનો રસ ૧૪ દીન પીવો (૫) ઇનદરજવ નાગકેસર પાવલીભાર છાશ સાથે આપો.

અતિસાર—પપાઉખી ચીર ઉપર ટંકનખાર ૪ વાલ ખાજો, (૨) ખારેક જાવંત્રી-ખસખસ પાવલીભાર ફોકો. (૩) કાલા તલ અને સાકર ખાવાથી ફોકાવત થાય. (૪) સફરચંદ, દાડમ, ઉંખરાનું દુધ, સેકેલી સૂંદ-સાકર, ખાંડ લીંછુ, નકમીરીયાં, આમલી, ચોખાના પાણીમાં શરૂ, ઇનદરજવ, વરીયાલી ખાંડ, ફલી સાથે કાથો, જાવફલ, નાગકેસર, કાથો, ઝાંડો વેકે...ધોરણું દૂધ કુંદીએ લગાડવાથી મરડો-સંમહણી મટે. ફાલ્સો ઉઠે તો લી લગાડો. મરમ પાણી સાથે રાધની જુકી પાવલીભાર આપવાથી દસ્ત બંધ થઈ જકરાગિ મહીખ થાય છે.

દાણાકિ ધાટણ—ત્રિકુટુ ૬ તોલા શરૂ ૪, સંચળ ૨ સિંધવર સેકેલી હિંગ ૧ અને લીંછુનો ખાર (સાઇટ્રીક) તોલા ૨ અને કાલી દરાખ ૩૬ તોલા સાથે પીસી વટેના જેટલો ખવાડો. જૂખનો લાઠા સળગાવે, ખોરાકને લરમ કરી નાખે, એનો પ્રભાવ છે.

મલ શુદ્ધિ સુણું—લીમજ સોનામખી વરીયાલી ૧-૧ તોલો અને સંચળ ના તોલો મેળવી રાતે પાવલીભાર ફાલ્વાથી સવારે એક પેટ સાફ આવે. (૨) મરમ પાણી બે ગલાસમા લીંછુ ગોળ પીવો.

ખાધરા માટે પ્રયોગ—ધી-કેર્ના-સાકર સવારે ખવાડો. (૨) કમરકાકરી દુધની ખીર ખવાડો. (૩) જલેબી કે હલવો સવારે ખવાડો. (૪) અધેડાનો મગજ ના તોલો પીસી તેની દુધ સાથે ખીર ખવાડો. ૭ દીનમાં જ જુખ કાશુમાં આવશે.

ખરોળ-કાવડું—લીંબુના રસમાં સંજ્ઞામરમ બે વાલ આપો. (૧) હાસ સાથે થરપંખાના મૂળ અને મરી આપો. (૨) મરમ પાણીમાં વાવડીંગની ભુટ્ટી આપો. (૩) અજમો સંજ્ઞા મરમ પાણીમાં આપો. (૪) એળીયાદિ ગુટ્ટી અથવા કુમારીઆસવ આપો. (૫) પપાઉની ચીર ઉપર લીંબુ અજમો ખવાડો. (૬) જોમુતરમાં હરડે રક્તરોહીડો ના તોલો પીવો. (૭) સુર્યોદય અમાઉ એક વેમણું કાચું ખવાડો. (૮) ચાર તોલા ગોમુતરમાં બે તોલા નગોડનો રસ ૭ દીન આપો. (૧૦) બાફેલાં બાકડાના પાન બધિ.

કેલેરા—હીંગ મરમાં કપુર વાટી વટેના જેવી ગોલી ખનાવી પાણી સાથે આપો. (૨) દરેક ઉઘડીએ તલનું તેલ બે ચમચા આપો. (૩) અથવા બે તોલા ચોખ્ખું મરમ ઘી પીવાડો. ખોરાક બંધ રાખો. તાવ ન્યુમોનીયા તથા કેલેરામાં ખોરાક ઝેર સમાન છે, (૪) તલના તેલમાં લાલ સુકાં મરમાં કકડાવી ગાળીને તેલ ભરી લો. દરેક વખતે બેકેક મોટો ચમચો આપો. (૫) એલચી ના તોલો જમણેલા ૧ તોલો લવંગ ૧ તોલો મેજવી બે આનીભાર આપો. (૬) લીંબુ સુસવાથી, કદિ ખાવાથી કેલેરા થતો નથી. (૭) લાલ જમણેલા પાનનો ઉકાળો તુરત અસર કરે છે. (૮) બાકડાં બાવે તો કાંદાના રસમાં કપુર ભગાડો. (૯) ગોર-ચનાની ચીટી ખવાડો.

સંધીવા—ધી સાકર સાથે આસંધ સુથું પાવલીભાર ખવાડો. (૨) તુલસી પાનમાં મરી ઘી આપો. (૩) આસંધ વરધારો બસેલીયા ના તોલા દુધમાં ખીર ખવાડો. (૪) સુંઠ આસંધ ચોખ્ખીની બે આનીભાર મરમ દુધ સાથે લેવાથી લકવો સાવાટીકા સંધીવા મટયો છે. (૫) સુંઠ બલસી ગોળની ચટણી ખવાડો. (૬) લીંબુના રસમાં સંજ્ઞા પીવો. (૭) સાકર સાથે રાતે સુરીંજન ભુટ્ટી કોકો. (૮) ઝેરકાચધાની ગોળી સવારે આપો. (૯) લસન ચારોલી માલકાંકણી ગ્રુગળ મેજવી પાવલીભાર આપવાથી લકવો સંધીવા સાવાટીકા મટે. (૧૦) નગોડ પાન ૧ તો. ઉકાળી પીવાડો અને ટરપેનની માલીસ કરો. (૧૧) તુલસી કાંદા આદુ લસન પીસી એક ચમચી પીવાડો.

અને ધસો તો ધનુરવા જાય. (૧૩) રેવચી અને ઇસસ પીસી પુલેલા સાંધાપર લગાડો. (૧૪) સાણના શીશુમાં દરપેનદીન કપૂર લગાડો.

હીસ્ટીરીયા— વજ જ્યાંમાસી માલકાંકણી મેળવી પાવલીભાર ખાવાથી ૩૦ દીનમાં મટે. (૨) દુધ પાણી લસન ઉકાળી પીવાથી કે લસુનાસવથી મટે. (૩) ચોથે દીવસે અથ ચોળીનો જોલાખ અને રોજ સવારે ચંદ્રોદયની જોલી બે, દુધ સાથે. (૪) ઘોડાવજ અકકલકરો મધ સાથે બે આનીભાર ચાટો રામખાણ. (૫) મરી લીંછુ કે અરીઠાનું શીશુ આંજવાથી જાગૃતી આવે. (૬) સૂક મરી પુદીનો ઇનદરબવ ગરમ પાણી સાથે આપો. પહેલે જ દીવસે કાપદો.

ખાસ શબ્દ—ખારકનો ઠંધીયો ચુસો. (૨) આમલી રસમાં એલચી આવે. સાકર સાથે કાઝબનો રસ પીવો. (૩) લીંછુ રસમાં સોદા બાઇકાખ પીવો મધમાં સોનાનો વરખ ચાટો. (૪) વરીવાલી-દરાખ ખાવાથી મટે. (૫) મધ પાણી પીવાથી મટે.

ઉલટી—પાણી સાથે મધ એરકાચલાની જુકી એક વાલ આપવાથી મળવતીની ઉલટી રોકાય. (૨) મકાઇના ફાંચની રાખ મધમાં ચાટો. (૩) છાતી અને પેટ વચ્ચે વેલાની રાઈ મારો—એ ઉપાયથી કોભેરા પણુ મટ્યો છે. (૪) પાણીમાં નેતરની લાકડી ધસી જાકું પ્રવાહી એક તોસો પીવાડો (૫) મમરા ખાવાથી બંધ થાય. (૬) લવંગના તેલથી બંધ થાય. (૭) આપા કે જાણુલની પાન ચાવવા કહો. (૮) ફકત ચના ખવાડો. (૯) ચુનાનું પાણી આપો. (૧૦) પીપર મરી એલચી મધ આદુ સાથે કાર્લી દાક્ષ પીસી ચટની ખાજો. (૧૧) એલચી સાથે સંજીવની ગુટી બે આપો. (૧૨) અનેનાસ ઉલટી બંધ કરે.

અડબરી—મધ સાથે કાકડાસીંગ ચટાડો (૨) નાળીયેર ચોટલીનો ધુમાડો આપો. (૩) હિંમલોકનો ધુમાડો તુરત બંધ કરે—ફકત આતશપર મુકો. (૪)

નામરવેલ પાનના રસ સાથે શેરડીનો રસ પીવાડયા કરો. (૫) ઠંડુ કુમળા નાળીયેરનું પાણી પીવાડો, (૬) ખારેક ઠલીયાની જુકી કોપરા સાથે ખવાડો. (૭) અજમાની ગોળ પાપડી ખવાડો.

- જોખરો અવાજ—(૧) દુધ સાકર ઉકાળી પીવો. (૨) પાનની જડ યુસો. (૩) ગરમ દુધમાં પીપર પીવો. (૪) આમલા મધ ચાટો. (૫) ખાંડ સાથે આપાનો મોર ખાજો. (૬) ચણેથી પાન ચાવો. (૭) ઘોડાવજન કે ટંકન યુસો.

અણુક્ષી—ધાતુવધક છે. હરણુખુરી પણ કહે છે. સાકર સાથે ફક્ત એક અમરો ફાકવાથી પ્રદર કદે દમ ખરી ધાતુ વિકાર પ્રમેક ચોક્કસ દુર થશે (વેદ નંદરામ પ્રાગજી નાગેશી)

શ્વાસ રોગ—લવંગ આંબાહલદર સોંઠા વામઠાખર્ મેલવી બે આનીભાર ગરમ પાણીમાં પીવાડો. (૨) ગોરખ મુંઠી અને અધેડાનો ઉકાળો મધ સાથે (૩) મધ સાથે લવંગ જલની જુકી ચટાડો. (૪) સફેદ કોળાની જડનું યુષ્ બે આનીભાર, ગરમ પાણી સાથે આપો. કોમને મધ સાથે મારક આવે છે. અતિ રામબાણુ દવા-ડોઝ અંદુલાલ મુકંદરાય-પાટણ (૫) હરડે દલદ સરજાની સીમ અને કાળા ધતૂરાની ડાંખલીનો ધૂપ લેવાથી શ્વાસરોગની શાંતી થાય (૬) આરોગ્ય વરધીની ગરમ પાણી સાથે આપો (૭) કનક મુંદર ગોળા ૨ અથવા ધતૂરીન આપો (૮) ઘોડાવજનની જુકી બે આનીભાર ગરમ દુધ સાથે ૬ વાગે, ઠંડા પાણીમાં ૬ અને ૧૨ વાગે આપવાથી અસાધ્ય શ્વાસ ખાંસી હાથીપગ હીરડીરીયા મટી યાદ દારત વધશે. (૯) ધડેની કણકમાં વિંટાળી ચોખાપુર મોગુચુ મળી જવાથી તુરત ગુણ થશે—વેદ ડાહ્યા મનમુખ પુરોહીત-સહ્યસોલી, (૧૦) સિંધવ ટંકન દલદ એલચી જેડીમધ જુદા પાનમાં ખાવાથી તુરત શાંતી થાય. (૧૧) આદુ મધ જવખાર ચટાડો. (૧૨) એલચી વરીયાલી સાકર જેડીમધ અરકુસીના રસમાં ખાવાથી ખાંસી ચૂપ થાય. (૧૩) ગેર ફટકડી સચોટો, મધમાં ૦૫ વાલ ચાટવાથી કદે છુટે. (૧૪) આદુ પુદનનો રસ મધમાં ચાટો. (૧૫) સાકર ઉકાળેનું પાણી પીવાડો. (૧૬) સુંઠ-હીમજ-નામરમોય-ગોળનું ચાટણુ આપો. મરી કે આદુ ચાવવાથી શ્વાસરોગ મટે.

કરમ—દહીં સાથે કપીલો ૦૦ તોલો સવારે ખરાડો. (૨) આંખાદલદર અને સિંધવ ગરમ પાણી સાથે લેજો. (૩) દાડમ જાલનો ઉકાળો પીજો.

હોહીની કમી—મંદુર વટક (૨) યકૃતાર લોહ (૩) શીલાજીત (૪) કાલી ખાતુરનો રસ (૫) તાપ્પાદિ લોહ (૫) ગધેતો કવાચ (૬) લીમડાના પાન (૭) પીપર સાથે કાંભારનો રસ. (૮) કુમારીઆસવ. (૯) જાગરાનો રસ.

કમળો ૧ હીનમાં મટે—દરદીના મોઢામાં ઘીનો ડાગળો રાખી, કુકડવેલનો રસ અથવા બીંજવેલા ફળનું પાણી નાકમાં બે ટીપાં ટપકાવે. પીણું પાણી ખૂબ નીકડંગા પછી ઘી સુંધાડો. (૨) સેકેલા કડું એક વાલ સાકર સાથે ૪ કલાકે આપો. (૩) સાકરના પાણી સાથે એક વાલ નવસાર આપો. (૪) મરમ કુધમાં એરંડયું (૫) દેવદાગરી ફળની પ્યારીક શુક્રી એક ચોખાપુર સુંધાડો. (૬) મધ સાથે લીમડાનો રસ પીજો. (૭) સવારે સાંજે ચંદ્રમત્તા ગોલી આપો. (૮) માખણ સાથે કલીયુનો ૩ વાલ સવારે આપો...વૈદ ડાહ્યા મનસુખ-સલુસોધી (૯) મધ પીપર સાથે માસિક તથા હીરાકસી અઢેક રતી ચટાડો. (૧૦) ટંકન સંચય સેક્રી અઢેક વાલ બે વખત આપો.

ખહીશગ—સિતોપલાદિ બે આનીભાર, વગ્ગ કરમ એક વાલ માખણમાં ચાટો (૨) મરી પીપર ફટકી નવસાર સાકર બે રતી આપો. (૩) સોદા બાઇકાબ અને મરી ખવાડવાથી ખહીના રોમીઓ બચી મયા છે. (૪) માસિક પીપર પ્રવાલ અઢેક વાલ મનોસત્ત પાવલીભાર સામદું મેલવી મધમાં ચાટો. (૫) કાળુનો ચુંદર બે આનીભાર કે બદામનું તેલ કુધ સાથે લેવાથી ખહી મટે. (૬) ગાજરનો કે ચેલાંધ કાળુનો સુખ આપો. (૭) જીવંતી બાજી ક્ષયલર ધી મુંબધના જાણીતા સરજન વાપરે છે.

મધુમેહ—પાર મહીના ચંદ્રમત્તા ગોળા લો. ચના બદામ જરદાલુ લીંબુનો રસ તેલ લસન પપાઇ કારેલાં વધુ આપો. (૨) ગેર ફટકીનો શુક્ર બે વાલ આપો. (૩) લખ્તિ વખત કુધ સાથે સિલાજીત આપો.

૭૬—સાટોડી પીસી ગાંઠપર બાધા.

પીસામ છુટે—આખરાના કુલ બારી પેટપર બાધા. (૨) તડબુચ કોઠડી અને ચીમડાનો મગજ પાણીમાં પીવો. (૩) રાતે કાલા તેલ એક તોલો ૨૫ દીન ખંવાડવાથી રાતે બીજાનું સુંકું રહેશે. (૪) નવતરિક બાસ સાથે લીંછુના બીજની છુટી અરધો તોલો બાપો. (૬) મુળાના રસમાં સુરોખાર ૦) = બાર નાંખી પીવો. (૭) ઇન્દ્રામણા મૂળનો ધસારો પીવાથી પીસામ તથા ઝાડો સાફ આવે છે. (૮) એલચી તથા પ્રવાળ ભરમ બે વાલ દુધ સાથે બાપો.

પથરી—લાલ પાકા ડાંગાનો રસ બે ચમચાપુર લઈ તેમાં પાવલી બાર મીઠું મેળવી ૨૫ દીન પીવાડો તો પથરી એમળી જઈ પીવામ સાફ ઉતરશે. (૨) સાકર સાથે સરપંખા પાનનો રસ પીવાડો. (૩) જાંબુલના ઠંલીમાં સાથે જાંબુલની અંતર બાસ શાકવાથી પથરી પીમશે. (૪) એલચી જેઠીમઘ ઠપુર રાળ સાકર મેળવી અરધો તોલો શાકવાથી પથરી મટે. (૫) ગોખર પાષાણુમેહના ઉકાળામાં લીમડા પાનની રાખ પીવાડો. (૬) સાટોડીનો ઉકાળો સુરોખાર સાથે બાપો.

અંકુશ્લી—એળીયો હીરાભોલ મુજર રેવચીનો શીરો ઇસસં ખાંડી ખખકાવી જરા ઠંડો પડેને લગાડી લગોટ મારો. (૨) ગરમ પાણીમાં નારાયણ તેલ એક તોલો બે વાર લાંબો વખત પીવાથી અને ગુલેઅરમાની સાથે ગોલામ જલ મેળવી લગાડવાથી રોમ કાપમનો દૂર થશે. (૩) નાઇકંદની છુટી ૦) = બાર ત્રણ દીન સવારે ગરમ પાણીમાં પીવાથી અને નાઇકંદ ધસી લગાડવાથી વધરાવલનાં પ્રુકળ કેસો સારા થયા છે. (૪) સિંધવ હીરાકસી એરંકુ મેલવી લગાડી બાધા. (૫) સરરયા તેલમાં ખસખસ પેલ ઉકાળી લગાડો. (૬) તમાકુ રસમાં કાચો ટંકન બે બાની લગાડો. (૭) રાતે બાઠમના પાનમાં સિંધવ લગાડી લેપ કરે... એરંકુ દુધ પીવાડો. (૮) ગરમ એરંકુ લગાડી ગરમ ધાર રેડો.

હરનીયા—આંતરડાં ઉતરવાનો રોગ...ચર્યાતર્મા જ રોગ જે વખત  
અરધો તોલો આખા મેથીના દાણા પાણી સાથે ગળી જાશે. તથા મહીના  
પ્રયોગ કરો. (૨) ઉતરી પડે ત્યારે ખસખસ પોષનો ઉકાળો પીસો તો  
એક જ વખતમાં પોતાની જગ્યામાં કાચમનું ગોઠવાઈ જશે. (૩) પગ ઉંચા  
કરી માથા સુધી લાવવાથી આંતરડું ચઢે અને જેમ ખાલી થાય.

જલોંધર—દુધ સાથે જે વાલ આરોગ્ય વરધીની અને નારસિંહ ચુર્ણ  
આપો. પાણી અને ખીજો ખોરાક ખંધ કરો. (૨) મંદુર લરમ સાથે  
પુનરનવાદિ કવાય મરમ પીવાડો અથવા મધ સાથે સાટોડીનો રસ જે તોલો  
પીવાડો. (૩) પુનરનવાદિ ગુમળ, સ્વદ્ધ ચંદ્રોદય, પંચામૃત પરપતી અઢીગ

સાન્ન—પાણી સાથે નવસાર જે વાલ પીવાથી અને લગાડવાથી જે  
વીકમાં ઉતરે. (૨) લીમડા અરડુસીના પાન પાણી પાધો. (૩) એમરો  
સરખેલો અને અરણીનો રસ લગાડી તડકે બેસો. (૪) કાંસડી એરડો  
અને આકાના પાન મરમ પાધો. (૫) ધતુસના પાન રસ મરમ કરી,  
ગુમળ સાથે લગાડો. (૬) સુંઠ ખતાલીને સાટોડી દાર હલદર અંખાહલદર  
ઉકાળી, દેવદાર ઘોડાવજ સરખેલો એ સર્વેના મૂળ પીસી ગૌમુતરમાં  
લગાડો. (૮) મંજીષ્ઠાદિ ચુર્ણ ૦૧ તોલો પીવાથી મટે. (૯) ત્રિફળા સોનામખી  
ગુલાબ અને મજીથીચુર્ણ અને. (૧૦) પહેલાં નસોતર છુટી છ આનીભાર મરમ  
પાણીમાં આપો—તે પછી કડવી નાઈની છુટી જે આનીભાર રોગ જે  
વખત આપો. (૧૦) ત્રિફળા ગુમળ અથવા સિલાગ્રત અથવા મરમ દુધ  
સાથે દિવેલ પીવાથી મટે. (૧૧) મુર લેડ પાણીમાં મેલવી પોતાં મુકો.

સુતિકાશમ—નગોડનો ઉકાળો (૨) દસમૂળાદિ કવાય (૩) દેવ દાવર  
યાદિ કવાય (૪) સુંઠના ઉકાળામાં એરંડુ (૫) સુંઠ ગંઠાડા ઘી-ગોળનો  
પાક ખાનારને સુવારોગ થતો નથી, હિંગ ખાનારને વાળો થતો નથી. દીધ  
આસ બેનારને ખરી સતાવતો નથી.

માથાના દરદો—પીપર સિંધાલુણની જુડી સંધવાથી નાક મુખ ડોક-  
હાઠી માથું આંખ કાન ગળાના તથા કંઠના રોગો મટે છે. (યોગ ચતક).

નિદોષ સિદ્ધાંત—વાત પિત અને કફની સમાનતા તે તંદુરસ્તી, અસા-  
મનતા તે રોગ...અપાનનું સ્થાન પેદું, પ્રાણનું સ્થાન હરદય, સમાન વાયુનું  
સ્થાન કુંટી, વ્યાનનું સ્થાન સર્વાંગ, ઉત્થાનનું સ્થાન ગરુડ. આ બધાની  
સવળી મતી પેદામાં વાયુ, વચ્ચે પિત, અને ઉપરના આગમાં કફ સરખા  
રાખે.

હીકમતને નિયમ—હકીમો કહેને બળમ, પિતને સોદા, અને વાયુને  
શ્વેદના કહે છે...રોગથી ઉદ્ધટા વહેવાર કરવો એ એકોપથીનો મત છે.

દુઃકોસાર—તાવ હોજરીનો રોગ છે, ઉપવાસ કરો...સોગમમાં  
પાણી બંધ પાણી કરી ચીકણા આપો...અતિસારમાં ગૃહણી બગડે  
એટલે ખાટી ઝાઝ આપો.

મુત્રજ્વલ દવા—ખાંડના પાણીમાં જવખાર ૭ આનીભાર બે વખત  
આપવાથી સ્નાયુ દીવા થકી ચૂન માર્ગ પહોંચો થાય છે. (૨) કાકડી ગોખરૂ  
ધમાસો વરણો કીચુનો રસ આમલાનો રસ ગરમ સેક તથા રોરડીના મુળ  
પીસાચ લાવનારાં છે. (૩) હરડે ગોખરૂ ગરમાણો ખપ્પાણુને બંધ અને ધમાનો  
ઉકાળી મધ સાથે પીવાડો. (૪) હરડે એકથી વાયુને સવળો કરી સ્નાયુ  
દીલા કરે. (૫) સરગવાની ઝાલ તથા વરણાની ઝાલ અંદરના ગુંમડા તોડી  
નવો રસ્તો બનાવે.

કબજ્યાતના ચિન્હો—સલેખમ કળતર માથાનો દુખાવો. સરદીનું  
કારણ મંદાગ્નિ...સજ્જડ રીતે નાક બંધ થાય તો ગરમ દિવેલ લગાડો.

મંદાગ્નિ—વધુ પાણી પીવાથી થાય. વેગ રોકવાથી થાય. કોષ બધ  
અદેખાઈ લોભથી થાય.

સરદી—પક્ષવા ગરમ ખોરાક ગરમ પાણી, તુલસી પુદ્ગો વેંઝણા  
ગાજર, અંઠેણ, આદુ—મધ કે હરડે ખાવી. લુણું જીરું કાપકલ જુડી સુધો.



**સરદી**—ગાળ મરીની ગોલી આપો. આ પ્રયોગથી ગેસ તથા માથાના દરદો દુર થશે. ચુંક ૧, હરડે ૨, ગાળ ૪ લાગના ચાટણુથી ધણું રોગો નાશ પામે. વાયુ તથા કમજોરતામાં અકશીર છે. ફૂડીયોની ચમત્કારી દવા છે.

**ચરક**—લગવાન પતંગલીના અવતાર હતા. ભારત ખંડમાં જ્યોતે ચરક પંથની પ્રચલિત હતી ત્યારે માણસો ૩૦૦ વર્ષ જીવતા ચરક સંહીતામાં ૧૨,૦૦૦ શ્લોક છે. વિશાળ નગરે તંદુરસ્તી વધારનારાં અને રોગ અટકાવનારાં સિદ્ધાંતો તેમાં સમજાવ્યાં છે. આધ-ખોરાક અને રહેણીકરણીમાં ગરમી થવાથી રોગ થાય. એમાં ૪ મર્જો બતાવ્યા છે. શોષન શમન ખોરાક અને આચરણ...એકલા શરીરના દોષો દુર કરવાથી વ્યાધી જતો નથી મનને પણ રળે અને તમે દોષમાંથી મુક્ત રાખી સત્વગુણી બનાવો. શરીર શોષનમાં ઉધટી ઝાડો એનીમા જરૂરી છે. માથાના શોષન માટે છીંક, હોળરીના શોષન માટે ઉધટી. આંતરડાના શોષન માટે જોલાબ, અંદરના શોષન માટે ઉપવાસ છે.

**સફેદ બાલ**—કોષ શોષ અને શ્રમથી ઉત્પન્ન થયેલી શરીરની ગરમી અને પિત આ બંને માથામાં જઈને બાલને પકવે છે. પ્રથમ જૂરા, પછી સફેદ રંગના થાય છે. નાકમાં લીંબોલી તેલ નાખે. લીમડાના પાન ચાવે. લીમડાના પાણી વડે નહાવે. રોજ સવારે દુધ સાથે ત્રિફલા ચુર્ણ લેો. સાણુ બંધ કરી, આમલા વાપરો. તલના તેલમાં ફેફસીર ઉઘાળી લગાડો. ચાર આઉંસ દિવેલમાં ૪ ચમચી સુકી ચાહે ઉઘાળી લગાડો.

**શીતલા**—ટોચાવવાની જરૂર નથી. ઉપદ્રવ વખતે, ત્રિફળા વરીયાલી ધાના જેડીમધનો ઉઘાળો પીવાડો.

**ચામડીના દરોહો**—શરંગધરે ૬૦ પ્રકાર લખેલા છે. સાકરના પાણીમાં બનકસાંનો જૂકો બે આનીભાર પીવાડો. (૨) મધ સાથે એક વાલ મુવર્ણ માહિક ભરમ ચટાડો તો બહારના કે બીતરના વહેતાં પડના

ચાંદા રૂઝાઈ જાય. (૩) ગંધક રસાયન જે રતી ઘી સાથે ચાટવાથી પરમીયો ચાંદો નયા એપી રોગો દુર થઈ સંસ્કારીની જેવી અસર બતાવે. વાયુ પ્રધાન રોગ પાકતો નથી પણ વેરાઈ જાય, કદ પ્રધાન રોગો ધીમી ગતીએ પાકે અને રૂઝે. પિત પ્રધાન રોગ ઝડપથી પાકી જાય. પિત પ્રધાન દરદોમાં મંજીશ્યાદિ ક્વાચ, ગંધક રસાયન અથવા અન્યમાં કામ આપે છે. કદ પ્રધાન તથા વાયુ પ્રધાન રોગોમાં સુવર્ણ માલિક ભરમ સફળ સાખીત થઈ છે. લગાડવામાં બેરળે મલમ વપરાય છે.

**ખરજવા—**તુવરમી રાખ તથા ગંધક કાપરેલમાં છુંદી લગાડવાથી ખાવલના ગુંદરના પાણીમાં ઝીંક લગાડવાથી કે લામારી પીસી બાંધવાથી કે જુનામાં શુદ્ધ ગંધક ખાવાથી જુના ખરજવા મટયાં છે. ટેબલ સોલ્ટ સાથે લીંબુની ચીર ધસવાથી કે પાકેલું કેળું બાંધી ઉંડાણમાં ઉતરેલાં જંતુઓ ઉપર લાવી, બેરીકના ગરમ પાણી પડે ઘોષને કણજીયું તેલ લગાડો. ગરૂ છાપ ગાલાળી મલમથી ગુમડાં ખરજવા ભગંદર મટયાં છે.

**દરાજ—**તીમક સાથે ગુલબાસ પાન પીસી લગાડો. (૨) કાંટા સલીયાના પાન પીસી લગાડો. (૩) પપાઉતું ચીક લગાડવાથી દરાજ પાડીને મટી જશે. (૪) પીસી માટી લગાડો (૫) ગૌમૂતરથી ઘેળે (૬) તુલસી રસ લગાડો.

**રેતવા—**જાણમાં ગરૂ લગાડો.

**કુવાડીયા—**એના બીનો જુકો કોથી તરીકે પીવાથી ખસ ખરજવા દૂર થશે. જલદરનો નાશ થશે. એના બીનો જુકો કરંજના તેલમાં લગાડવાથી દરાજ ખરજવામાં કાયદો થશે. કાષ્ઠસો ફેનીક એસીડનો ગુચુ એમાં છે.

**ગલાના દરદો—**ટોનસીલ તથા સોળે ફક્ત જંતુ ખાવાથી મટે. (૨) અનેનાસ ચાવવાથી ડીપથેરીયા તથા ટોનસીલ મટે. (૩) ગરમ પાણીમાં મધ લીંબુ પુકે મારી પીવાથી મટે, (૪) સિંધવ સૂરનો ધસારો બહારથી લગાડો (૫) સમુદ્રજી ધસી લગાડો.

ખસ ખુજલી—ચોલાઈ ભાજના રસમાં સુરોખાર લગાડો.

ખીલ—ચંદન ધસી લગાડવાથી તણાઈ પાડીને કુટે.

માથાની ઉંડરી—સાંપની કાંચલી ધુપેલમાં ઉકાળી પીગલાવી લગાડો.

મોઢામાં ચાંદાં—મધ સાથે કાચો ટંકનખાર મેળવી લગાડો. (૨)

ખીંપી પાનનો અથવા બહેડોની ઇલનો ઉકાળો બનાવી કેગલા કરો. (૩)  
મેંદા ચણોડી અને ખાવલના પાન ચાવો.

દાંતમાં જીવડાં—મોંઘરી ગણીના બી કે ધનદ્રામણીની પાંકા ફળ દેવતા  
પર મુકી મોઢામાં ધુણી લેજો.

મંજન—મુઘતાની માટી ૧, ટેમલ સોલ્ડ ૨, સેકેલું જીરું ૪ ભાગ  
મેળવી દાંતે ધસવાથી પીસો થર ઉતરી મોઢું સ્વાદિષ્ટ થશે. (૨) તજ ૧,  
કપુર ૧, અજમો ૪, કાચો ૪, મેરચુચુ રાખ ૦૧ ભાગ મેળવો.

દાદ—હીરાખોલનું મંજનન ગાડવાથી દાદ તથા અવાળુના દરદો દૂર થાય  
દાંતોની કેતરમાં હીરાખોલ પુરો...ખીપલાની વડવાઈ કે વડી વડવાઈનું કે  
નતન જોનની કાખીનું દાંતણુ બગીસી મગજન કરે. સરસ્થા તેનમાં ચોથે ભાગે  
સાથ મરચાં ઉકાળી બાળી ગાળી સાથે બાલુના કાનમાં ટપકાવી પાંચ  
મીનીટ રાખો. તુરત આરામ થશે. અકકલકરોની જુકી, હરડે-કપુર, મુંઠ  
કાચો અથવા સેકેલાં લવંગનો જુકા વડે દાંતણુ કરો...કરમટીનું દાંતણુ કરી  
મોઢું નીતરનું રાખનાથી અવાળું રોગ મટે. મુંઠ ધોડવજ તંમાકુંની જુકી  
લગાડવાથી પાંચોરીયા મટે.

કાન—કાંદાનો ગરમ રસ મધ સાથે ટપકાવો. ચરકા રસી મટશે.  
ધતુરા પાનનો રસ કે રીપી ટપકાવી, ઉપર હલદની જુકી નાંખવાથી રસી  
ચરકા બંધ થશે. કમરા પાનનો રસ ૧, અને તલનું તેલ બે તોલા મેળવી  
મોઢા વાસણમાં ચૂલે ચઢાવી, રસ બળીને ફક્ત તેલ રહે ત્યારે ઉતરી  
પાપરો આ તેનથી કાનના ધણા દરદો મટયાં છે. પેટંટ બનાવી વેચવા

લાયક છે. અથવા અજાનો લસન દસ ગણાં તલના તેલમાં ઉકાળી ટીપાં નાખો. બહારથી મુંઠ કાઢીજરી પીસી ગરમ દુપાણીમાં લગાડી બાંધી ગરમ સેક કરો. કાનના દરદો સરદીથી થાય છે. મોરના પત્રની રાખ દુકવાથી રસી તથા યાગ મટે. ગૌમુત્રમાં ૩ બીંજવી કાનમાં નાખો.

**બહેરશ—**જુના ગૌમુત્ર દિંગ મીઠું લીંણુ ઉકાળી ઉમરો લાવી ઉતારી કાનમાં ટપકાવો. દર વખતે ચમચીમાં ગરમ કરી નાખો, દુધ-ખાંડ ઠંડી ચીળે અને કફવાલો ખોરાક બંધ રાખો તો બહેરશ દૂર થશે. રાજ સવારે બદામ ખાવાથી અને રાતે ખારેક અજાનો ઘંઘમાં રાખી સુવાથી પથ્ય ગુણ્ય થશે. ટરપેનટીન ૩ ટીપાં નાખવાથી કાનનો સોજો રસી ચોક્કસ બંધ થશે.

**નાક—**સરસ્યા તેલમાં કપૂર અથવા લીંબોલી તેલ અથવા ગરમ દિવેલ લગાડ્યા કરવાથી નાકના દરદો દૂર થાય. (૨) હવેલી ધુમાડીથી દૂર થાય. (૩) દુલસી પાનની જુદી સુંધવાથી મટે. (૪) ગાયના ચોખ્ખાં ઘીમાં કપૂર અને કલીચુનો લગાડો. (૫) ઘીમાં કેસર ધુંદી લગાડવાથી નાક તથા મસ્તકના દરદો દૂર થયાં. (૬) ઢોર મોરા પાનનો રસ ઘીમાં પકાવી નાકમાં ટપકાવો. (૭) ઢોર મોરા સુકા પાનની ધુમાડી લઈ નાક મોજે ધુમાડો કાઢો. તેલ અરમાં કાંઠા માછલી બંધ રાખી, અજાનો ખાવાથી પીનસ જેવો લાકડર રોગ દૂર થશે. (૮) કાષ્ઠજ જુદી સુંધાડો. (૯) અરીઠાનું પાણી નાકમાં ટપકાવો. આ પ્રયોગ શીટસ હીસ્ટરીરીયામાં અકશીર છે. આગ બળે તો ઘી લગાડો. અરીઠાનું પાણી આંખે આંખવાથી રતાધોળો મટયો. પીવાથી સાંપ કુતરાનું ઝેર ઉતરયું ખાંસી શ્વાસ સુધર્યાં. (૧૦) કાકળ વેટર પાણી લગાડવાથી હાઝરી નાની થઈ.

**સરદી—**શીલીપાનનો રસ કે બીલીપાનનો જુકો સુંધવાથી પીનસ રસી સરદી મસ્તક પિગ ચોક્કસ દૂર થશે. (૨) કેકલ મરી ચાવવાથી મગજની સરદી શ્વાસ રોગ ખાંસી તથા નાકના દરદો દૂર થાય. (૩)

દહી—મરી—ગોળ સવારે ખાવો. (૪) સોલાં લવંગ પીસી દરદની જગાએ લગાડો. (૫) ચણેલી મૂળ પીસી સુધવાથી ઝામરવા નજરો ગણેકોમા મટયો. (૬) ગાયનાં દુધમાં નંગોડ પાન ખાશી ગરમ બાધવાથી ઝામરવા મટે. (૭) નારાયણ તેજ લગાડવાથી ઝામરવા મસા નાકની વધેલી હાડકી વીગેરે દુર થાય—શારંગધર સંદિતા. (૮) કપાલપર અથસીનો સેક કરો.

માથાના દરદો—લીમડાની જાલ ધસી લગાડો. (૨) કુતરીયા ધાસના પાન મસળી સુધો. (૩) તંજનો અરક લગાડો. (૪) લી ખાંડ બદામ પીસી સવારે ખાવો. (૫) આદુ તુલસીનો રસ સુધવા—લગાડવાથી આધાશીશી મટે. (૬) કોડેમીર રસનાં દીપાં નાકમાં ટપકાવવાથી અરધા માયાની પિંડા મટે. (૭) ધી સાકર ઇસબગુલ પીસી ચાટવાથી મટે. (૮) અરીઠાં પાણીનું દીપું તે બાબુના શીશીમાં નખો. (૯) ભાંગરાનું મૂળ ધસી લગાડો અથવા તાબુનું માખણ તાવી સુંઘાડો. (૧૦) મરી પીપર લોધર પીસી ૩ દીન સુંઘાડો તે આધાશીશી મટે. (૧૨) કુકડવેલ પાનનો રસ સુધવાથી કપાળના કીડા બહાર આવે.

ગણેકોમા—તંજ ૧, સુંઠ ૨, સાકર ૫, ખસખસ ૨૦. બદામ મગજ ૧૦ તોલા કલાઈના વાસણમાં આ ચુર્ણ બરી રાખી અરધો શેર આપના દુધમાં એક તોલો ચુર્ણ ઉકળી પીવાડો તે જણે તાવ તથા મસ્તકના દરદો દુર યશે.

બે મીનીત—નેપાલાની જાલ કાઢી પાતાલયંત્રમાં તેલ કાઢી તેમાં સહેજ દુધર ઉમેરી કચની સ્ટોપર વાલી શીશીમાં બરી રાખી, જકેર વખતે બેરથી સુંઘાડો શીનસેટીન ૨૦ મીનીટમાં ઉતારે તેજ માયાનું દરદ, રકત સુધવાથી બે મીનીટમાં ઉતરે, આયુરવેદની ખુબી જોવ !

આંખ—મધમાં નિરમળા બી ધસી આંજવાથી પુલુ મટે (૨) દુધમાં અકકલકરો આંજવાથી ૩૦ દીનમાં પુલુ કપાય (૩) ત્રિફલા ઘી ખાતાથી આંખના તથા મસ્તકનો તમામ દરદો દુર થાય, (૪) જેઠીમધ ત્રિફલાની બુકી માખણમાં આટવાથી, ત્રિફલા-ઘી જેટલી અસર આપે, (૫) હાશમાં પીપર અથવા મધમાં વરીયાલી ચાતે આંજવાથી રતાંધળો જાય. મરી લવંગ પાણીમાં આંજો. (૬) મરી પીપર સમુદ્રીણુ આંજવાથી દરેક નેત્રરોગો મટે. (૭) ચંગેલી તેલ સાથે ઇંડાની કાચી સફેદી લગાડવાથી ખરેલાં પાપણુ ફરીથી ઉગે, (૮) સાકરના બુકામાં હીમજ રાખી તેનો ઓગાર આંજવાથી કે કાણુલી ઘાડમના રસમાં કપુર સાકર એકઘી આંજવાથી આંખની શેશની તેજસ્વી થાય. (૯) દુધમાં અસેથીયો પીસી ૩ વડે લગાડવાથી સોજો ઉતરે. (૧૦) વરીયાલી પાણી વડે કે ત્રિફલાના પાણી વડે આંખો ધોવાથી ચરમાં ઉતરે, નાક રસ્તે ઘી અથવા ઠંડું પાણી ચલાવવાથી ઉતરે, અથવા હરડે બદામ એકઘી અને સફેદ દુર્વાની જક પીસી સવારે પીવાથી ઉતરે, અથવા રાજેશ્વરી તેલ મસ્તક કાન નાકમાં પચાવવાથી ઉતરે, (૧૧) વધધ તલ્લભ નરોત્તમ ભક્ષ્યથી જણાવે છે સુતરની આંતી ૫ તોપાની રાખ, સુરભો નાક ચણાથી બી ૧ તોલો જસતના પુલ ૧ તોલો, કપુર ૦૧, કુવારનો રસ ૧, દુધ ૦૧, લીંછુ નંગ ૧, તો રસ, એકઘી ૦૧ તોલો સ્થાં મોતી તોલો ૦૧ લઈ, ઘીના દીવાની મેંસ સાથે કાંસાથી લલીમાં ઘુટી સીસાની ડબીમાં ભરી આંજવાથી મોતીયો કપાય, આંધળો દેખે. (૧૨) સુરેખાર ૧, કટકી ૨, જસત ભરમ ૮ મેલવી ખરણ કરી ખારીક આંજવાથી જારી પુલાં ઝાખ મટે. (૧૩) કાચા દુધના પોતાં મુકવાથી કે મધ સાથે ઠંડું પાણી વાધનગલાસમાં મેળવી નાખવાથી આંખનો દુખાવો ચાંત યશે. (૧૪) ખેરીક પાઉડર ઝીંક એકઘી અથવા કપુર કાષ્ઠી એક આંજવાથી આંખના ધણા દરદો દુર થાય. (૧૫) સુંઠ સાખરસીંગનો ધસાંના આંજવાથી આંખના પુલાં દુર થયાં છે. (૧૬) સુંઠ

૬ લવંગ ધસી લગાડવાથી આંગળી જલદી દુર ચરો-પેટ સાફ રાખવા  
 રાતે દરડે આપે. (૧૭) વરીલાલી ખાંડ અને મગફળી સવારે ચાટવાથી  
 આંખની ગરમી ઠપાય. (૧૮) ચીમકના બી પીસી આંજવાથી નેત્ર રોગો  
 દુર થાય. (૧૯) લીંબુનો રસ, મધ ૬ એરંડયુ એકજ ચીજ આંજવાથી  
 આંખનું નાસુર પુરાઈ જશે. (૨૦) અજમેરના કૃષ્ણખંડ ધમાય  
 બોધધાસયમથી રસદેશ્વર વટી મંગાવી આંજવાથી આંખના ભયંકર રોગો  
 દુર થયા છે. (૨૧) દિવેલ, વેસ્લીન ૬ બકરાની ચરબી ધસવાથી કીનારી  
 ઉપર નવા પાપણ આવશે-એજ પ્રયોગથી લવાના બાલ ગુન્જાદાર બનશે-તરણુચ્ચા  
 તાલકાપર કાલી રવાટી હિમશે. (૨૨) રાજ એ વખત સરખંખા ખીતી શુક્રી  
 આંજવાથી નવો મોતીયો કપાઈ આંખ મટે. (૨૩) ત્રિફલનો કવચ બનાવી  
 દંગ દીપાં મુકવાથી દરેક રોગમાં ફાયદો થાય. (૨૪) કાંસાના વાસણ પર  
 અંદ્રેશ્વ વતી ધસી આંજવાથી ખીલ જાંખ મોતીયો ચરમા દુર થાય. (૨૫)  
 ડોક્ટર અંદુલાલ મુકંદ પાટણથી જણાવે છે કે કાતીલ પુકું વડના દુધમાં  
 રાયણના બીજ પીસી આંજવાથી ૩ દીનમાં મટયું છે. (૨૬) સુરોખાર  
 સાકર આંજવાથી આંખના દરદો મટે. (૨૭) નયનામૃત અંગનમાં એલગી  
 મમીરો સિંદુર મેલવી આંજવાથી ભયંકર દરદો દુર થાય. (૨૮) સિંધવ  
 ગજોસત મેલવી આંજને એક અમદાવાદી વેપારી જાગીરદાર બન્યો. (૨૯)  
 ખીપર ન અરકુસી રસ ૧, મધ ૧ તેલો છુંટી આંજવાથી સર્વેરોગ દુર  
 થાય. (૩૦) મધ સાથે સરગવા પાનનો રસ આંજે-સોલિંજરાજ.  
 (૩૧) હરડે ગર દારૂ દહાડર મુરમો મેલવી બહાર પોપચા પર લગાડો.

**ખીસામના રોગો**—પ્રવાળ પિંધી સાથે ચાંદીનો વરખ મધમાં ચાટો

**વાળો**—અમરવેલને આકાશવેલ પણ કહે છે તે પીસી બધિવાથી  
 વાળો મરીને નીકળશે. (૨) દહી સાથે બાદ્યાન શુક્રી ૩ દીન ખાવાથી  
 વાળો ગળી જાય. (૩) ઇસમાં સેકટાના મુળ ધસી જાડો લગાડો. (૪)  
 ત્રિફળાં ચૂક જેડીમધ ગરમાળો ખીપર પીસી મધમાં ચાટો તે વાળો થાય

નહીં. (૫) વાયવરના પાન પીસી બાધો તો એકજ દીનમાં આરામ થાય. (૬) દિવેત્રમાં ખારસોય તથા ઉંઘરની લીંડી ઉકળા લગાડો અને ગાળમાં સસલાની લીંડી અથવા ગોળ સાથે કુવાવેથી ફટકડી ૦) ન ભાર ■ દીન ખવાડો. (૪) બે દેલામાં બીલામું નંગ ૧ વાટી ત્રણ દીન ખવાડો અને ઈંગોરીયા મૂળની ઊંચ પીસી લગાડી પાટો બાધો.

અઘિન પિઠા—તલના તેલમાં આંખાના પાનની રાખ મેલવી લગાડો. (૨) ઠાપરેલમાં ખાવજ ઉપરની બલની છુટી લગાડો. (૩) રાળનો મલમ મોટલીખાત્ર વાડીના ચેરીટીનો અકસીર છે. (૪) બાસલેટનો પાટો બાધો.

કોઠ—લીમડા પાનનો છુટો ૨ ભાગ બાવચી ચુર્ચ ૧ ભાગ મેળવી રાજ એક તોલો બે વખત પાણી સાથે ૧૧ મહીના આપો. ખોરાકમાં એકલા ચના, ચનાની રોટલી અથવા મગની ખીચરી આપો થી તેલ નીમક લીંછુની સખત પરછ છે. (૨) ઊંચ મેલરા તેલ લગાડો. (૩) કુકબેલ ફલ ૦૧૧ તોલો, ખેરસાલ ૨ તોલા, ધમાસો ૪ તોલા, લીમડાનું પંચાંગ ૪ તોલા, બીલામાનો મગજ (ગોઝમખી કહે છે) ૪ તોલા બારીક ચુર્ચ બનાવી અઢેક ચમચી, ઉકળતું પાણી સાથે આપો. (૪) ત્રિફળાં સોનામખી પાણી સથે એક ચમચો રોજ રાતે લેવાથી ૩૦ દીનમાં મટે. (૫) થી સાકર શંખજીરું તથા વડની વડવાઈનો રસ પીવાડો.

દીકૃદ્—માણુસની ખોપરીનો છુટો બનાવી હુમલા વખતે એકજ વખત મુંઘાડો, તો હમેશતું સાફ થાય. (રવિદાંસ દીપદસ-સુરત). (૨) કુતરાની મુટી વિષ્ટા ૦) ન ભાર, પાણી તોલા બે સાથે એકજ વખત પીવાડો. (૩) ખોડીયા કઢારનો રસ, બોંય રીંમણીના ફળને રસ અથવા અરીઠાનું પાણી નાકમાં મુકો અથવા કપુરનો ધુમાડો કે વડના પાનનો કુમાડો આપો. મધમાં શંખનાકીડો ચાટો. ૦) ન ભાર.

પીસાળ લાવે—ખાંડના પાણીમાં જવખાર અથવા કેળના ચડને રસ થી સાથે પીવો.



કાનમાં ઝેરી જંતુ—ખાંડનું પાણી નાખવાથી પીગળી જશે.

વીંછી ઠંખ—અધેડાનું મુળ લગાડો. નવસાર ચુનો સુધાડો તથા લગાડો. આમલીનો મગજ ધસી લગાડી ઉપર સેક કરો. સાગનું ખીજ અથવા આકડાનું મુળ ધસી ઉપર સેક કરો. અરીક્કાનો છુમાડો આપે. મધ લગાડો મીઠું ઘમે. બરફ મુકો. પાકેલું કેળું લગાડો આખમાં નીમકનું પાણી નાખો પાનમાં મીઠું ખવાડો.

ગરેળી—હલક ખાંડ મેળવી પાંચ તોલા ફાંકો તો ઝેર ઉતરે.

લિલામા—લીંછુ રસ પીવાડો. આમલી કાપડું ખવાડો. કાપડેડ કે આમલી મસવાથી લિલામાની મહાપિંડ શાંત થશે.

સવે' ઝેર—ટેબલ સોલ્ટ તથા પીસેલી રાષ્ટ્ર મેળવી મરમ પાણીમાં પીવાડી ઉલટી કરાવો. (૨) અરીક્કા અથવા ઘોડાવળની ભુકી તેટલીજ અકસીર. (૩) ઘી પીવાડી ઉલટી કરાવો તો નાગ કે કુતરાનું ઝેર પણ ઉતરે. (૪) કાંઈખી બોલ્યા વગર માન. જળવી લીમડા પાન ૩૩ તથા બોરડીના પાન ૩૩ લાવી હથેલીમાં મસળા રોગીને પૂછો—આ શું છે? એમ ૧૧ વખત પૂછી તે પાલો ઠંખ પર લગાડો. (સાધુ ગંગાદસ સેવાદસ-મુરત)

ખાસ—ધાના સાથે દરાખ ખવાડો. આ પ્રયોગથી છાતીને દાઝરો દૂર થશે.

ગાંડપણુ—પાલમી કેળું વજ સંખાલલી ઉપસેટનો ભુકો ઘી અથવા માખણમાં ચટાડવાથી મગજના દરદો દૂર થાય...જે જવભાર સોનાનો વરખ ઉમેરવાથી ઝપી અસર આપે. ફક્ત ખીચરી ઘી કે દૂધ ચોખા જમાડો. નીમક મસાલો બંધ રાખો.

વાઈ સંધીવા—સુંઠ અજબો માલકાડણી પીસી એક ચમચી ફાંકે.

ચાદાસ્ત—મધમાં જટાંમસી જે આનીભાર ચાટો.

**દારૂડી ખીજ**—પાંચ વરસ સુધી જગડતાં નથી. લીંછુના રસમાં બે વાલ દારૂડીના ખીજ વાટી પીવાથી તાવ અટકે. કવિનાઇન જેટલું જ કામ કરે. દારૂડીના ઝાડ પર કાપ મુકવાથી પીલું દૂધ નીકળે તે આગવાથી આખના તમામ દરદો મટે. 'નેત્ર પ્રજામાં' દારૂડી છે. દારૂડી પાનનો રસ ઘી સાથે ચાટવાથી સોજાં ચાંદી વિસફોટક મટે. નીમક હલદ સાથે દારૂડી પાન પીસી લગાડો. દારૂડીના મુળ પીસી ગરમ પાણીમાં લગાડવાથી હાથીપગ તથા રસ દુર થયાં છે.

**ફટકડી**—પુલાવેલી ફટકડી અંદરના રોગમાં અપાય છે. એક વાલ દવા, ખાંડ સાથે આપવાથી તાવ અટકે. પછી તે રોજીયો, અતિરીયો કે ચોથીઓ હોય. ગોળ સાથે ફટકડી ૭ દિન સવારે આપવાથી નાફુલ દરદ જીંદગીભર થાય નહીં. સાકરના પાણી સાથે ફટકડી પીવાથી સ્ત્રીને દરતાનમાંથી ચોખ્ખી કરે છે. દસ તોલા ગોમુત્ર ૨૦ વખત ગાળી તેમાં બે વાલ ફટકડી નાંખી પીવાડી, દુધ ચોખા જમાડો. તો પાંડુરોજ, સર્વાંગી સોજા દુર થાય. ઓકાસ અને મીઠાસની મનાઈ છે. ફટકડી ૧ વાલ પાણી તોલા ત્રણમાં મેળવી માળી ટીપાં મુકવાથી 'ફાસ્ટીક સોસન' કરતાં સરસ કામ આપશે. ફટકડી મધ ચાટવાથી મોઢાંનાં છાસાં સાફ થશે. ફટકડી-હલદ જીભ પાછળ અગિલી વડે ધસવાથી ડીપથેરીયા—ટોનસીલમાં ફેટેલ મલી છે. એરંબામાં બરોગર સેફલાં એરંકાયનાં જુકી સાથે ફટકડી મેલવી ગોલીરૂપે આપવાથી તાવમાં રામબાણુ ગુણુ જતાવે. એ પ્રયોગથી કેમરપિઝા, એડકાર, આફરી, સંધીવા મટે.

**શેરીલોખાન**—તાજી હલદરના રસમાં શેરીલોખાન પીસી લગાડવાથી વધરાવલ મટે. આંઠ વાલ સાકર સાથે બે વાલ શેરીલોખાન જુકી ખાવાથી પીસાખની રસી બંધ થશે. ગરૂ મેલવી શેરીલોખાન જુકી વડે દાતણ કરવાથી પારા પુલ્યા હોય તો સારા થશે. અંદરના પાણીમાં ખાંડ સાથે ટરપેનટીનના બે ટીપાં આપવાથી પિત્તાશયની પથરી પીગતે અને નવી થતી નથી. ટરપેનટીન જેવો ગુણો મધખીરોળમાં છે.

**મકાઈનો દાંડો**—દાણા કાઢી લીધા પછી જે બોખું નકામું થાય તે બાળીને રાખ બનાવે. પાણી સાથે જે વાલ રાખ પીવડાવવાથી મરડો અતિસાર તથા બાળકને ઘંત વખતની શરીયાદ દૂર થાય.

**ઝેલીધો**—જે સાથે સીકિતેર ઝેળીયો મેળવી રાખે. ગોળ સાથે વટેના પુર ખવાડી ઉપર એક ચમચો ઘી પીવાડો તો હાંફ તુરત ઉતરશે.

**હરડે પાક**—હીમજ સોનામખી મજાક દરેક ૧૦ તોલા, કાંથીયા વગરની દ્રાક્ષ ૨૦ તોલા સાથે પીસી લઇ પાવલીભાર ખવાડો તો પેટ સાફ આવે, મગજ શાંત થાય, માથાના દરદો મટે, ગુમમાં અત્યંત વિરોધાટક દૂર થાય.

**મરી કંથાર**—એનું મૂળિયું ઘસી લગાડો-બદ ગઠિપાકા પકાવી ફોડી નાખશે. રસ ઉપર લગાડવાથી પીગડાવી નાખી, હાથીપગ પાતલો કરશે. સંધીવાપર લગાડવાથી વેદના ઓછી કરે છે. એના પાન પીસી બાંધવાથી નાસૂર ભગંદર સારા થાય. (તિ. તા. વધક)

**દાળીયો સરેસ**—એના પોચા ઝાલની ભુકી દાખવેથી લોહી ખંધ થઇ એકજ પાતે રૂઝાઇ જાય. એના ખીજતો હાર પહેરાવવાથી બાળકને ઘંત વખતે તકલીફ થતી નથી. ખાંદલાં પાન પીસી બાંધવાથી ગઠિને અંદર ઉતરતી અટકાવી ફોડી નાખે. કરંજતેલ સાથે એના પાનની રાખ લગાડવાથી સીંચીલીસમાં ગુણ થાય. સાકર સાથે, બીંબવેલાં પાનનો રસ પીવાથી ધાતુની અબતર ખંધ થાય.

**હિંગળો**—મધ પીપર સાથે કાચો હિંગળો બારીક મુર્ચ એક વાલ સુધી ચટાડવાથી હાંફ ચોક્કસ ઉતરે. આદુ-કુદનાના રસ સાથે હિંગળો ચટાડવાથી તાવ ચકકર-ગુનોનીયામાં ફાયદો થાય, ...લીંબુ-રસમાં જળપક્ષ આટવાથી ગ્રેસ આંધરી દૂર થાય.

**માઠું પેટ**—કુદનો જે તોલો પાણી ૮૦ તોલા ઉકાળા ૧૦ તોલા રાખી સાકર તથા વાંસકપુર જે આનીભાર નાખી પીવાથી તમામ પાણી ખાલી થઇ પેટ નાનું થશે.

**સંધીવા**—ભોય રીંગણીનો તખ્તાર ચરક (ઝંકું) કામરેસીમાં મલે છે.) અકેક તોલો બે વખત પીવાથી સંધીવા તથા પેટનું ચળ મટે અને ખાંસી તથા પથરી દૂર થાય.

**આનાંદ બેસ્વ ગોળી**—તેયાર મલે છે. પાણી સાથે ૩-૩ આપવાથી સંઘડણીનો ઝાડો બંધ કરે છે. દાઢફાઇ તાવ પછી મધ કે ઘીમાં ત્રણ ગોળી ચટાકવાથી તાવનું ઝેર નીકળી જઈ, શકિત આવે છે.

**હાઠકાં**—ખળમાં વગરના હાઠકાં ભેગાં કરી બારીક વાટી હવા નહીં લાગે તેવી કાચની શીશી ભરો. ધોયલાં ઘીમાં હાઠકાંને ભૂંડા લગાડવાથી ભમંદર નાસુર રૂંઝશે. હાઠકાંની રાખ બે વાલ પાણી સાથે આપવાથી કોલેરામાં રામખાથુ બસર આપે. કાચના રોપરથી બંધ રાખો.

**ઘોડાવજ**—મધમાં ઘોડાવજ ભુટ્ટી વટેનાપુર રાજ બે વખત ચટાકવાથી મગપણુ દૂર થાય, વાઈ હીરટીરીયા મટે, અભ્યાસમાં અચળતા વધે. વજરે-શ્વરી ગુટીમાં ઘોડાવજ છે. ઉલટી ઝાડા માર્ગે સાંપ-કુતરાનું ઝેર ફેંકી દે, બળખમ પીગલાવે, શ્વાસ સુધારે. રોજ સવારે ગરમ દુધ કે ગરમ પાણી સાથે ઘોડાવજની ભુટ્ટી બે આનીભાર આપો. કાચમનો હાફણમાં ફાપદો થશે.

**મરી**—ગોળમરીની વટેનાપુર ૩-૪ ગોળી સવારે સાંજે આપો. આ પ્રયોગથી જે અઝાકડી લકવો માથાના દરદો અરચી અઝારી વીગરે પુષ્કળ દરદો દૂર થશે. યુનાનીમાં એને “લુકમાન ગોળી કહે છે.”

**સલફેનલ**—ઉંધ લાવવા વપરાય છે. ઘીમાં ચીનીકખાલા ભુટ્ટી બે આનીભાર ચાટવાથી આગાદ તેવોજ ગુણુ મળશે. અકકપત્રાદિ ગુટી, ખુચ-સાંની અજમો, હરમલ અથવા ખસખસ પોપની ચાહે આપો.

**બેલાખ**—કાથો તોલો બે અને સુધ્ધ નેપાલો તોલો એક, ગુંદરના પાણી સાથે છુંટી ત્રણ રતીની ગોળી ખનાવી અકેક આપવાથી તઠલીક વીના પેટનો કચરો ખાલી થાય છે. (વૈદ પ્રભાસંકર વૃંદાવન-ધંધુકા)

**આંચડી—**ખુરાસાની વજ વાલ ૧, ધુલાવેલો ટંકનખાર વાલ ૧ ગરમ પાણી અથવા ધાવનમાં આપો. ગરમ પાણીમાં જવખાર પીવાથી પીસાજ દૂરી આંચડી બંધ પડે છે.

**પીસાખ લાવે—**લાંપડીનાં ઝીજ પાવલીબાર પીસી પાંચ તોલા પાણીમાં ઘુંટી પીવાથી અરધા કલાકમાં જ પીસાજ ઉતરે, જરૂર હોય તો ફરીથી આપો.

**ગોઠલાં ચઢે—**રાઈના ખવખવતાં પાણીમાં પગ સેકો. કાંઈના રસ સાથે પીસેલી સૂંઠ લગાડો. સરસ્યા તેલમાં જવફલની ભુટી ઉકાળી લગાડો.

**હસ્તાન છુટે—**તાજાં ઠંડા દુધ સાથે ઘેણવજ ભુટી બે વાલ આપો અંદર બરફ મુકો. કશોડ-કમર ઉપર ઠંડી ધાર રેડો. ગોઠંતી બરમ, કટીશ ગુંદર અથવા છાંની કાપી સફેદીમાં લીંશુ સાકર ચટાડો.

**સોનામખી—**ગરમ પાણી સાથે, અજમો સોનામખી મલીને એક તોલો શાકવાથી વાધુ તથા કમળયાત દૂર થાય, સાકર સાથે સોનામખી બે વખત શાકવાથી શક્તિ વધે, મધ સાથે સોનામખી ચાટવાથી પુરુષાતન વધે, આદુના રસમાં અરધો તોલો સુથું ૧૫ દીન ચાટવાથી દરેક તાવ ખાય. દુધ સાથે સોનામખી શાકવાથી કમળો મટે. સંચળ વાલ એક સાથે સોનામખી તોલો એક મેલવી ગરમ પાણીમાં લેવાથી જીનો તાવ દૂર થાય, દસ્ત સાથે આવે, છાશ સાથે સોનામખી લેવાથી ધાતુની રક્ષાવટ વધે. સફેદ ઢોળાના રસ સાથે સોનામખી અરધો તોલો પીવાથી પીસાજમાં સર્વે રોગો નાશ પામે. ગોખરૂં-સોનામખી એક તોલો મધ સાથે, કાઠે રતવા હોય, અધુરે બચ્ચાં પડે, જન્મેલાં બાળકો ગુજરી જાય તેવી માતાને આપો. તમામ પ્રયોગો દરમ્યાન તેલ મરચું ખટાણની પરેજી પાળવી...

**શક્તિ—**ખાખરાનો ગુંદર અને મીઠુંવાટી ગોળ સાથે ચણાપૂર ગોળો બે-બે લખ ગરમ દુધ સાથે પીવાથી પુરુષાતન આવે. શક્તિનો ખમ્મનો વધે. પરેજી પાળો. (વિંધ રામકૃષ્ણ હરિકૃષ્ણ ચાચી)

**લોહી સાફ**—ગવજીનો રસ તથા આછીનો રસ દરેક પાવલીમાર, મધ સાથે મેળવી પીવાથી લોહી સાફ થશે. સવારે કરીયાતુનો ઉકાળો પીવાથી ગુમડાં અટકશે. ગોલાખજલમાં ગુવેઅરમાની લગાડવાથી ગાંઠ ગુમડાં બેસી જશે.

**તુલસી**—'મોતને જીતે, સર્વે' વ્યાધીનો નાશ કરે, કાંઈ પક્ષેમ ટાપફાઈક મેલેરીયા ન્યુમોનીયામાં તુલસી અમૃત છે. જંતુનાશક છે.

**લગાડર**—આવચી કાલા તલ દિવેલના પાન પીસી બકરીના દુધ સાથે લગાડો અને મંજીષાદિ કવાથ સાથે કેસરાદિ ગુટી રોજ બે વખત આપો... મધ સાથે ઉંબરાતું દુધ ચાટવાથી શક્તિ વધે.

**ગરણીના બીજ**—ફોડી નંગ છ ગળી જવાથી ઝાડો સાફ થાય. કફ થતો નથી.

**ઘી ધસો**—ઈન્જેકશન કરતાં ઝડપી અસર આપે. કપાલે ધસો-માથુ ઉતરે. આંખો પર ધસો-અગતરા શાત થાય, તાલકમાં ધસો-તક્લીયામાં ધસો-કંઝક થાય. આર શેર ઘી કે બદામ આવો પચુ પચે ત્યારે અસર મહે, ઘી પીવાથી ઝેર ઉતરે, ટોનસીમ સુધરે.

## મલમ પટ્ટાનો હુન્નર

**વધરાવલ**—ગેર આમલા રેવચી શીરો લોધર આંખાહલદર પીસી લીલી દલદના રસમાં ગરમ લગાડો. (૨) ઝેરંગના પાનના રસમાં સેધારસ એળિયો ગૂગળ પીસી લગાડો. (૩) ગંધ બીરોળ સાથે થોડું સીંદુર ચેલવી ધુટી કપડાં પર મલમ લગાડી પટ્ટી મારો. ઉખેડતી વખતે ગરમ થાણી વાપરો, દરેક પ્રયોગ કરવા પહેલાં બાલ કાઢવાની જરૂર છે.

(વેદ ધીરજ દલપત—સુરત)

કંઠમાળ—પિતની દેહવાદાને જલદી પાકે. કફ પ્રકૃતીવાદાની મઠિ લબ્ધિ વખતે પાકે પણ વાયુ પ્રધાન હોય તો પાકતી નથી. માંસ સુધી જ પહોંચી હોય તો સારી થાય પણ ચરખી કે હાડકાં સુધી પુગેલી મઠિા સારી ચતી નથી. એવો માધવાચાર્યનો મત છે. (૧) ગોલાધ બાજના ગરમ રસમાં મુલતાની માટી લગાડો. (૨) અલસીના તેલમાં કલાધ સફેદો અથવા સિંદુર લગાડવાથી પાકેલી મઠિા રૂઆંધ જશે. (૩) નાઈકંદના રસમાં ગેરૂ લગાડો. (૪) લોધર રતાજલથી મરી કંચારનું મુળ અને રસવંતી લગાડો. (૫) સુખ્મ રતાફલી આમલા ગુલે અરમાની અને ગુલામજલ મેલવી લગાડો. (૬) કાચખાનું કોટલું ધસી લગાડો. (૭) કાથો રેવંચીનો શીરો આઠડાના દુધમાં બે વાર લગાડો—તથા દીનમાં નરમ થશે. (૮) સફેદ ગરણીના મુળ ઈન્દ્રામણીની જડ, મરીકંચારનું મુળ, વજ, દેવદાર, સેકટલું મુળ, મુલતાની માટી ગુલે અરમાની સવેનો પાઉડર બનાવી ગોલાખજલમાં લગાડો—કંઠમાળ તથા કેનસરની મઠિા પીમલાવશે. (૯) સાટોડીના રસમાં સિંદુર એલચી સાપની કાંચલી લગાડો.

શુભાં ફોડવા—હલદી રાખ અને ચુનો લગાડવાથી નસ્તર માંદક સ્થાને ફાંચી નાખશે. (૨) અલસી ધઉ નીમકની ગરમ પોટીસ અરધે કલાકે મુકો. મીંઠલ ધસી લગાડો.

નખછેર—હથેલી કે અંગિલીમાં શુભકું થાય તે...ધતુરા પાન પીસી બાધો. આ પ્રયોગથી આઠ દીનમાં આરામ થશે. મલમ પટો કે વહાડાપ ૪૦ દીન લેશે. ખીજા ભાગોના શુભર્ષ પર બેરળને મલમની પટી મારી ઉપર આઉન પેપર લપેતો. ત્રિકુળા શુભળ લેવાથી સવે નાસુર ભગંદર શુભર્ષમાં ફાયદો થશે. સુખ્મ છાણા કે કોલસાની રાખ છાંટવાથી જખમ જલદી રૂઆશે. લીંચોલી તેલની કે શીલાજીતની પટીથી પણ ફાયદો થશે.

ખીઝો બોધાય—માર લાગે અને જખમ પાડે તો બાવલ લાકડાને આતસ વાદી મેસ જેવો ખારીક બુકો તપના તેલમાં ભરી ૬૪ પાટો બાધો. (૨) અથવા મીઠું દહાડ ગોળ માથાના બાળ અને દિવેલ નીચેનો કરો લોખંડની કડછીમાં ખડખડાવી ગરમ ચપ્પકા મુકી પાટો બાધો. ચાર દીનમાં અંદરથી રૂઝશે. અને પગ કપાતો બચી જશે. યાદ રાખો આમડીને જરાબી કાતરવી નહીં.

કાંટો પીગલે—કાંટો બોધાય તો પાવશીભાર ગોળમાં ત્રણ અધેકાના પાન ખરાડો. સડેલો કાંટો પીગશી જશે.

આંટણુ—તુકમરીયાં પલાળી તેની ચેપલી બાધો અને પાણી નાખી બીણી રાખો. કાચા આંટણુ પાકશે, પાકેલું રૂઝશે, બળતરા ચાંત થશે. ઝીંક ઓક્ષાપ્ત અલસીના તેલમાં લગાડવાથી દાઝેલા જખમ ખરજવા મટે.

નાસૂર—ચૂનાડું બુટું પાણી લગાડો. (૨) પાણીમાં સિંદૂર અને સાછખાર લગાડો. (૩) તલના તેલમાં રાવણના બીજ છુંદી લગાડો. (૪) પીસેલી મેથી ઘીમાં તલીને મલમરપે લગાડો. (૫) સંધેસરાનાં પાન પીસી સંખજી મેલવી લગાડો.

પાકું ડ ફીન—નાપકંદનું બીજું નામ મરચીવેલ છે, નાપકંદના મૂળની છુકી બે વાલ ગોળ સાથે કંડા પાણીમાં આપો અને પાણીમાં ખસી જરા એ કંદનેા ખસારો નીમક સાથે લગાડો. તેલ ઘી હીંમ મરચાં ચના ગોળ બંધ કરો ત્રણ દીન...બે તોલા ઘી સાથે એલચી પીવાથી ગળુ ખુલશે ગોળ સાચના બાફેલી દાલતું આસામજુ અને ધઉની થુલી આપો. (૨) ધામારીના પાન પીસી લગાડો. (૩) મર્ચાંદેલને રાવરપત્રી કહે છે, તેનાં પાન પીસી લગાડો. (૪) સમુદ્રોપના પાન બાપી સવર્ણ બધિવાથી પુટશે, અવર્ણ બધિ વાથી રૂઝશે (૫) ઘી તેલ મલમ પોટીયા કે હથ્થાર લગાડશે નહીં, એનું



મૂળ સ્થાન ચરખીમાં છે. તેથી ઉત્તરી ઝાડો લાવનારી રવા આપો. ગોલા ખજલમાં ગુલે ચરખાની કે પીલી માટી લગાડો. (૬) પહેલાં પ્રયોગથી દાથીપગ તથા વધગવલ પણ દૂર થયાં છે. (૭) કાલી દરાખ પીસી બાંધવાથી જલદી પાકી પુટે છે.

ભગદર—અનિખલાનો પાતો પીસી ગોળ સાથે બાંધો. લીલો નહીં મહે તો સુકો ચાલે. એ પ્રયોગથી ગંભીર ગુમડાં તથા ન.સુર પણ રૂઆઈ ગયાં છે. (૨) ભાંગરાના પાન પીસી બાંધવાથી ભગદર મટે (૩) મરીકંથારતું મૂળ ધસી લગાડવાથી ભગદરની ગાંઠ પાકીને નીકલશે પણ મરીકંથારનો પાલો પીસી બાંધવાથી ભગદર જલદી મટે છે. (૪) ઉંટતું હાડકું ધસી લગાડો. (૫) લીમડા તેલની પીચકારી મારો. (૬) ઘોપલાં માખણમાં દહાડ લગાડો. (૭) બોરીક પાણી વડે ઘોષ મુળનાની માટી લગાડો. (૮) ધામારી પીસી લગાડો (૯) હિંગ ચના આદુ બાંધ રાખી ચંદ્રમલા બે-બે, આર મહીના લેવાથી ફરી મટું નથી.

હસ્તદોષ—(M.B.) તલ ગોખરની ભુટ્ટી મધમાં ખત્રાડી દુધ પીવાડો. ધાતુંક્ષિણતા—સવારે દુધમાં રહેલી મેથી પીવી. સાંજે દુધમાં પકાવેલી પીપરની ભુટ્ટી પીવી.

નામરદી—ધીમાં તલી અથવા ડુખાડી સફેદ કદિ ખવાડો. (૨) આરેક સાથે ઉત્કંટાતું મૂળ આપો, (૩) અથવા આરેક સાથે દુધસીના બીજ આપો. (૪) નામરવેલ પાનમાં માલકાંકણી બી ખવાડો.

રૂકાવત—સુંઠ તથા પેપનો ડોડવા, દરેક ખાવલીભાર, પાણી તોલા ૨૦ માં ઉકાળી ચોથો ભાગ રહે ત્યારે સાકર સાગે પીવાડો. (વૈદ્ય અપ્પારામ ચૈકરજી પંડ્યા-વાગડ)

નાની ઉંઝી—નજ આસાંધ ઉપલેટ ગજખીપર માખણમાં ઘુટી લગાડો. તો કદ તથા જડાઈ વધે.

વિચંચાવ—મધ સાથે બાંધ ભરમ અને પ્રવાળ ભરમ ચટાડો.

શક્તિનો પાક—ત્રણ જોડીમધ મહુડાના પુલ જાંબુલ ત્રણ કમલગટાનો ગુંદર સાકર મેળવી મધ અથવા ઘી સાથે ચાટો તો સર્વે

છુપા દરદો દુર થઈ ગરડપક્ષી જેવી નજર થશે. કોવત વધરો. (વેદ ,  
શ્યામ ગોરધન ખાખરેચી) (૨) આસંધ વરધારે સુઠ મધ ચાટવાથી  
ધોળીક ગુણુ જથારો. (૩) કાળાતલ સાકર ફોકો. (૪) ગુદીના પાન  
સાકર સાથે ચાવો. (૫) પીપર સાકર મધ સાથે ચાટી ઉપર ઘી સાથે  
દુધ પીવો, (૬) વાવડી.મ આસંધ દુધમા ઉકાળીને પીજો.

અનિન્દ્રા—આકરકશદિ ગોલીમાં ઝરીયુ અકલકરો જાયદલ વીગરે  
છે. એનાથી અતિસાર દાંકણ વેદના અનિદ્રા મટી ચિયંતી રૂદારદ થાય.  
આ ગોળીઓ કાપાખીરીસમાં સફળ જણાઈ છે.

રીગસ—(અરટીકરીયા) મરી માખણ ચાટો અને લગાડો. (૨) કાંદાને  
રસ લગાડો. (૩) સાકર સાથે ગગજીભીનો રસ પીવો. (૪) ખાતલ ઝામ  
પીસી પાણી સાથે પીવો. (૫) ઇન્દ્રામણો મૂગ ધંસી બે આનીમાર પીવો.  
(૬) સરસુ તેલ લગાડો. (૭) હલક પાપડખાર પાણી સાથે પીવો અને  
લગાડો. (૮) ગેરૂ વજ ગોળ ગરમ પાણીમાં લગાડો. (૯) નીમક કપુરકાયથી  
ધઉંનો આટો પાણીમાં લગાડો. (૧૦) સુરોખાર ગેરૂ કુવારનો રસ, લીંબુનો  
રસ સરસુ તેલ મેલવી લગાડો. (૧૧) ગરમાળો પંચામ ઉકાળી પીવાડો.

વિષ્કેટક—પાણીમાં પીસેલી ચારોલી લગાડો. (૨) આખરાની પાતરા  
નીચેની હાંડીની રાખ હલી સાથે તાંબાના વાસણમાં ઘુટી આખાં શરીરે  
લગાડી, સુકાયા પછી સ્નાન કરાવો. (૩) નીલકંઠ રસ ઘીમાં લપેતી  
મળવા આપો. તેલ વધુ ખવાડો. હીંગ ચનાની મનાઈ કરો. (૫) ખાવસના  
ગુદર સાથે લીંબોળી મગજ વટેના જેટલો ત્રણ વખત ખવાડો.

ચાંદી—સુરોખાર કપુર ગુર્ભેઅરમાની લગાડો. (૨) સોપારી ધસી  
લગાડો. (૩) સોપારીની રાખ કાથો શખજીઝ ઝીંકે બોદાર કપુર દોલસો  
અને રસકપુર ધાયલાં ઘીમાં લગાડો. (૩) દુધ ચોખાના ખોરાક પર  
રાખી, એલચી કાથો દારૂડીના મુળની ખલ પીસી ચણા જેવી ગેળી બનાવી  
ખ-બે પાણી સાથે આપો. (૪) તેલ મસાલો નીમક બધ રાખી, ઘી  
સાકર સાથે ચોપચીની વધતાં પ્રમાણમાં ૨૧ દીન ખવાડો. આ પ્રયોગથી  
ખાવન દરદો મટે. નામરદી સધીવા લકવો જગદર ચોક્કસ મટે.

## આયુર્વેદનો નિયોગ

તાવમાં—ઉપવાસ.  
 પીસાખમાં—શીલાજીત.  
 પ્રમેહમાં—હૃદ આમલા.  
 વાત કફના રોગોમાં—હરડે.  
 હિરણ્યતમાં જોગણ કરવા—લાખ.  
 કફ રોગોમાં—ગુગળ.  
 ઉલ્લસીમાં—મમરા.  
 અતિસારમાં—મુંદ.  
 હરણમાં—ચિત્રક.  
 કૃમિરોગમાં—વાવડીંગ.  
 ખડીરોગમાં—ખડીરું કુધ અને માસ.  
 નેત્રરોગમાં—ત્રિફલ ઘી.  
 વાતરક્તમાં—મળે.  
 સંઘર્ષમાં—જાસ.  
 કોઢમાં—ખેરસાલ.  
 ગાંઠપણમાં—પ્રાણી ઘી.  
 ખલડ પ્રેસરમાં—સંખાવલી.  
 શોષમાં—મધ.  
 હીસ્ટીરીયામાં—વજ અણ્ણકરે.  
 નિંદ્રાનાશમાં—દૂધ પીપરી મૂળ.  
 વાયુરોગોમાં—લસન.  
 ગકાગ્રવાસ્નાયુમાં—છીંગ લસનનો ખાદ્ય.  
 માથાના દરદોમાં—છીંગ.  
 મંદાગ્નિમાં—આદુ.  
 શ્રમમાં—સ્નાન.  
 મૂત્ર કૃમ્લમાં—ગોખર.  
 ખાંસીમાં—ભોંરીગણી.  
 પાખાના ચળમાં—પૂકર મૂળ.  
 અપણુ દર કરવા—જેઠીમધ.

ગુમખમાં—ત્રિફળા ગુગળ.  
 વાયુમાં—એરંખાનો એનીમા.  
 પિત્તમાં—કરડેનો જોલાખ.  
 કફમાં—ઉલ્લી.  
 દરે રોગોમાં—સિંકાજીત.  
 પિત્તમાં—ઘી.  
 વાયુમાં—નેલ.  
 કફમાં—મધ.  
 તાવમાં—કરીયાતુ.  
 ગોતીયામાં—હરડે સાકરનું અંગન.  
 મસ્તક રોગમાં—સંખાવલી.  
 પાયોરીયામાં—ખેરસલી.  
 કયાખીટીસમાં—રસાયન ચૂર્ણ.  
 આંખમાં—કાઠમીરનો રસ.  
 માથાના દરદમાં—ઘી ધસો.  
 નાકમાં—ભાંગરાનો રસ.  
 શિશ્નમાં—આદુ ગોળ.  
 આંધળમાં—માખણ ચૂનો.  
 દાંથીપગમાં—મધ પીપર.  
 કેનસરમાં—વજણ છાલ. ।  
 ખડીમાં—વાઢેરી.  
 ભગંદરમાં—નાગકેસર.  
 નાકમાં—ઘી સાથે નગોડ ઉઘાળે.  
 કંઠમાળમાં—કચનાર.  
 સોજમાં—સાટાડી.  
 પથરીમાં—જવખાર.  
 હૃદય રોગમાં—કચનાર ઘી.  
 જલંદરમાં—ગાયત્ર.  
 જલ રોગમાં—આવલ ચુંદર.  
 કાનમાં—સરસું તેલ.

અણ્ણ—અણ્ણાકુશ ચૂર્ણ, વડવાનલ રસ, ચંખવટી દ્રાક્ષાસવ કે લસનગેળા.  
અરુચી—હિંગાદક ચૂર્ણ, દ્રાક્ષાવટી, સ્વાદિષ્ટ પાત્રક ટીકડી ગરદો પીદસ.

કબજયાત—ત્રીફળા ચૂર્ણ, મધુ વિરેચન ચૂર્ણ, આરોગ્યવટી અણ્ણાકુશ ચૂર્ણ, જીવાખની ગેળી, ફેસ્ટર ગ્રોષ્ઠક, ઝેળીયાદી શુદ્ધી, નસોતર.

રેચ માટે—અમ્બકચુદી રસ, ઇન્દ્રજાલેદી રસ, અભયાદિ ટીકડી, નારાય રસ.

કમળો—અભયાદિ કવાથ, ચંદ્રપ્રભા આરોગ્યવર્ધની, મંદુરવટી નવા ધસલેહ.

કલેજનાં દરદો—આરોગ્યવર્ધની રસ, વિજયવટી, વજ્રધાર, રોહિતકારિષ્ઠ.

ખાંસી-ઉધરસ—સીતોપલાદિ ચૂર્ણ, ખાંસીની ગેળીઓ, વાસાવલેહ, હરિતકી અવલેહ, ચંખદ્રાવ, લવંગાદિવટી, કંટકારિ અવલેહ.

ગાળો—અણ્ણાકુશ ચૂર્ણ, ચંખવટી, અગ્નિવૃંડી, વજ્રધાર કે કુમારિકાસવ.

ગરમી ચાંદી—ખાવા માટે મંજીષ્ઠાદિ કવાથ, ફેસ્ટર ગુગળ કે ફેસ્ટરવટી બહાર લગાડવો ચાંદીની શુદ્ધી

ચરબી મેદ—મંજીષ્ઠાદિ કવાથ, ચોગરાજ ગુગળ, સાદોડી, કાચનાર ગુગળ, વરુણાદિ કવાથ, ચંદ્રપ્રભા સવારે, સ્વાદિષ્ટ ચુર્ણ રાતે.

ચુંક શુળ—અણ્ણાકુશ, ચંખવટી અગ્નિવૃંડી લસન ગેળી.

ઝાડા—ગંગાધર ચૂર્ણ, અણ્ણાકુશ, જુના ઝાડમાં પંચામૃત પર્પટી.

તાવ છલ્લ—વસંતમાલતી, ગંગોત્તમ સંસમની સુદર્શન ધનવટી કે મૃદુલજય.

થેલછા ચીત્ત ભ્રમ—બાહી ધૂત, સારસ્વત ચુર્ણ અને સારસ્વાતારિષ્ઠ.

તાવ ટાઢીઓ—મહા જવરાકુંડ, ટાઢીઆ તાવની ગેળીઓ, ઝેગ્રુ મેલે-રીયલ મીઠ્ઠવર.

તાવ સાંદો—મહાસુદર્શન, અભયાદિ કવાથ, તાવની ગેળીઓ કે ત્રિભુવડીવટી રસ.

તાવ કડવાળો—ચુષોનીયા—ભરંગી કવાથ, અભયાદિ કવાથ.

દમ-ધાસ—ધાસકુંદાર, વાસાવલેહ, હરિતકી અવલેહ, દમની ગેળીઓ.

નબળાઈ—(સામાન્ય)—સુવર્ણ વસંત માલતી, લોહભરમ, પ્રવાસ ભરમ, સંસમની નં. ૧ થી ૩ કે અગ્નિવૃંડી, સુવર્ણ જીવન.

નબળાઈ ધાતુની—સંસમની નં. ૧, વીરસાવની ગેળીઓ, અમૃતાવલ્લી, અગ્નિવૃંડી, વાતહરિવટી (વિપતિ દુકવટી), ચંદ્રોદય રસ, ચંદ્રપ્રભા.

ચરમો પ્રમેહ—ચંદ્રપ્રભા, પરમાની ગેળી, પ્રમેહનો કવાથ, ચંદ્રાસવ.

ખાંડુ-ફીકાશ-લોહાસવ, મંડુર ભરમ, આરોગ્યવર્ધની, મંડુરવટી, ભાંગર  
 પ્રદર-સંશમની નં. ૧, ચંદ્રપ્રભા, પ્રદરની ગોળાઓ, સુંદરી સંજીવની.  
 બરલ વધવી-આરોગ્યવર્ધની, બરલની ગોળાઓ, વજરસર, કુમારિકાસવ.  
 ચીસાબ બહુ થયો-બહુચૂનાતકવટી, મંડુરવટી, ગોધુરાદિ ગુગળ, નયધણ.  
 પેસાખમાં ધાતુ-લોહી-અલ્પચૂમીન જવા-ચંદ્રપ્રભા, સંશમની, પરમાની  
 ગોળાઓ, વીધંસાવની ગોળાઓ.

મંદાગ્નિ-હિંગાષ્ટક ચૂર્ણ, અગ્નિતુંડી સ્વાદિષ્ટ પાચક ટીકડી, શંખવટી સાથે  
 દ્રાક્ષાસવ, ગેરદો પીલસ, કુમારિકાસવ, ચિત્રકદ્વિવતી.

માથાનો દુઃખાવો-ત્રિફળા ચૂર્ણ, પથ્થાદિ ક્વાથ, ગોદન્તિ ભરમ,  
 આશી જીવન, સારસ્વતારિષ્ટ, હરડે.

વા-સંધીવા-ખાવા માટે-ગોધુરાદિ ગુગળ, મહારાસ્નાદિ ક્વાથ, બહાર  
 ચોપડવા માટે વિપગર્ભ તેલ, માલકાંછણી તેલ, દરપેનટીન, ધાસલેટ.

વા-ગાંઠીયો-(નજલો) ચંદ્રપ્રભા, મહારાસ્નાદિ ક્વાથ.

વા-પક્ષધાત-મહારાસ્નાદિ ક્વાથ, મહાર યોગરાજ ગુગળ, જોર્ધંગવિર રસ  
 ખાવા માટે. ચોપડવા માટે અખરોડનું તેલ-કપૂર, વિપગર્ભ તેલ.

વાઈ-આશી કૂત, આહમી તેલ, સારસ્વત ચૂર્ણ નતિદલાદિ ચૂર્ણ.

વંધ્યત્વ વાચુના લીધે-મહારાસ્નાદિ ક્વાથ, દશમૂળ ક્વાથ, યોગરાજ  
 ગુગળ, ગરમીને લીધે-મુંજાદિ ક્વાથ, ચંદ્રપ્રભા યોગરાજ ગુગળ, પ્રદરને  
 લીધે-પ્રદરારિ લોહ, સંશમની નં. ૧, ચંદ્રપ્રભા અરોઝારિષ્ટ કે સાહેલી  
 સાથે. કૃશતાને લીધે હોય તો કેસરી જીવન.

સસણી-વાસાવલેહ, કંટકાર્યાવલેહ, અગ્નિરસ, શ્વાસકુહાર.

સંમહુણી-પંચામૃત પર્પટી, કલ્પલતાવટી, હિંગાષ્ટક ચૂર્ણ.

સુવારોગ-દેવદાન્યદિ ક્વાથ, આરોગ્યવર્ધની રસ, દસમુળ ક્વાથ.

સોજા-આરોગ્યવર્ધની રસ, વિન્યવટી, પુનર્નવાદિ ક્વાથ અને પુનર્નવા મંડુર

હરસ-આયુધ્યવર્ધની, કસીસાદિ તેલ. લોહીવાળા હરસ માટે જીવન તથા  
 ગંધકરસાયન કે કુટંજવલેહ, નાગકેસર, ગેર-કેટકડી.

હિન્દીરીયા-કૃમિકુહાર, યોગરાજ ગુગળ, હિન્દીરીઆ પીલસ. કન્યાદિ લોહ,

દાય-સુચર્ણ વસંતમાલતી, સીતોપલાદિ, સંશમની, અજક ભરમ, વાસાવલેહ,  
 જીવન, સુવર્ણ ભરમ, કાયકેશરીવટી, લાક્ષાદિ તેલ, શંખચૂડ રસ.

## ટુંકા વાકયોમાં જ્ઞાન ગંગા!

\* સાયોડી, ખાહમી, સતાવથી, રાંખાવથી, રસના, આમલા, હરડે, ગજો, ભાંખરો, એ દસ દ્રવ્યો મહિયું કાઢી બીજેક વાપરવાથી આયુષ સ્થીર થશે.

\* પાહમી, ધરો, મહાગળા, વાત્તલી-કંદ, રાંખાવથી, નાગકેસર, ખાખરો, એટલાં જોષધો પૈકી કાઢી બીજેક વાપરો તો પ્રજા સ્થાપના થશે.

\* હિંગ, મહાનિઝ્ય, વજ, પાહમી, માલકંકણી, જટામાત્રી, ગુગળ, કુકુ, બદામતું તેલ, યુક્તિતા યાનતંત્રીઓને જગાડે, જોવા—સુધના અને સંભળવાની શક્તિ ફરીથી જાગૃત કરે.

\* અશોક, ગેવરસ નગેડ, નાગકેસર, કાપફલ, મરી, માટી, વેદના શાંત કરે.

\* જીરું, આસંધ અજમો, મરી, સુંઠ આદુ, ચિત્રક, પીપરીમૂળ-શુળ મટાડનારાં દ્રવ્યો છે.

\* મધ, એલચી, ચંદન, એરંડુ, ભોંરીગણી, લસન, તેલ—અંગનો મર્યાદા દુર કરે.

\* પીપર, વજ, અજમો, કાસુંદરો, હરપખો, સુંઠ, ધાના, અગર, તગર-શીળશતું ચમન કરે.

\* ગજો, અનંતમૂળ, ખસ, ખાંડ, મધ, ચંદન, દ્રાક્ષ, ગમરો—આ દ્રવ્યો ઉત્તરી-દાહની શાંતી કરશે.

\* ચોખા, જવ, શેરડી. ફાલસાં, ગુલર, દાડમ, ખેર, ખજૂર, દુધ, દ્રાક્ષ અને સ્નાન-પરિશ્રમનો નાશ કરે છે.

\* અરણી, બીલી, નગેડ, લીમડો, અરકુસી, ધતુરો, નાગદમણી, ગુગળ, શીલાજીત એરંડુ, લસન અને દુધ—સોજા ઉતારનારાં દ્રવ્યો છે.

\* કરીયાતુ સાતરીન, તુલસી, લીમડો, સારીખા ગળો, મંજી, દ્રાક્ષ, પીતુ, ફાલસા, ત્રિકાંબ અને ઉપવાસ—એટલી દ્રવ્યો તાવ ઉતારવામાં અકસીર સિદ્ધ થયાં છે.

\* સરપંખા, પુષ્કરમુળ, આદુ, ભારંગીમુળ એલચી, હિંગ, અગર તુલસી, આમલા ખસખસ પીસ, કેરી, મધ, પુદ્ગો શ્વાસને હરનારા દ્રવ્યો મનાય છે.

\* સારોડી, બેરીંગણી, કાઠાસીંગ, ધમસો, જેડીમધ, પીપર, ત્રિકાંબ, દ્રાક્ષ—ખાંસી છતે.

\* ગોખર, પાપણુબેદ, દામતુમુળ, જવખાર સુરોખાર પાલખ ભાજી, કમથી કેસુડીના પુલ, ભીખનો ઉકાળો, લીંણુ, પીસાખ લાવનારી ચીજો છે.

\* જાંબુલ, કેરી, કાલા તલ, કેરી, અખરોઝ, ખારેક, પીપર, કાથો, મરીની ચાહે, ખસખસ પોપ, જામરૂળ, સફરચંદ, જમરૂખ—પીસાખનો વેગ રોકનારાં છે.

\* સુંઠ, મરી, કેરીની ગાટલી, લોધર, કેળું મોચરસ, કાથો, મજી, દનદરજવ, ધાવડીના પુલ, ભારંગી, કેરી, સુકા ટોસ્ત, સફરચંદ, લીં, બસ, અને હુંક-કેરેલું પાણી—અતિસાર બંધ કરે છે.

\* કાઠાસીંગ પીપર, ધમસો, પુષ્કરમુળ, હરડે, ઝેરકાચલું—હેડી, રોકનારી છુટ્ટીજો છે.

\* ધાના, ખજુર, દ્રાક્ષ, દામ, ગળો, મધમાં કરીયાતુ, ચંદન—તરસ રોકનારા વાણી છે.

એલચી, જરફ, વાળો, ફટકડી, ચોખા, જવ, નારીયેળ પાણી, આંખાના પન, ખાટાં બેર, જાંબુલ, દામ, બીજેરી—એટલી ચીજો ઉલટી રોકનારી છે.

\* માલકાંડણી, મરી, પીપર, વાવડીંગ, સરગનાના બીજ, સરસવ, અપામર્ગનાં બી, કાંચકલની છુટ્ટી મગજનો કદ કાઢી યાદદાસ્ત વધારે.

\* નસોતર, અંકડો, એરંડ્યુ, નેપાળો, ચિત્રક, કરંજ, દારૂડી, કેળું પપાઈ, ઇસબગુલ શુસી ગરમાળાના બી, જીના મળને છેદી-ભેદી નાંખશે. મળને પકાવીને બહાર હાસેલી કાઢવાની કમાલ નાસીર હરડે માતામાં છે.

\* જેઠીમધ, લસન, ગુણ, લાખ અરજુન મજ્જા, લોધર મેયારસ, બાવલ, તુટેલાં હાડકાં જોડી આપે છે.

\* દિગ, અગ્રો, મરી, આદુ, ચિત્રક, પીપરીમુળ, પીપર, પપાઈ અનેનાસ, લસન, મરચાં, તુલસી, પુંદ્રો એટલી ગીળેમાં જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત કરવાનો ગુણ છે. બરફ આપસકીમ મીઠાપ પાચક ભૂત્રી બગાડે છે. આદુનો રસ જમવા પહેલાં પીવાથી કફ ઓગળશે. છાંદો ખુલશે. રસો ઝરશે.

\* આસંધ બળદાણા સારીબા, જેઠીમધ વારાહીકંઠ વિઘરી કંઠ આમલા ગળો, એનાથી માંસ ચરબી બળ ઓગસમાં વધારો થશે.

\* સતાવલી અતીબાળા, બળદાણા, વિઘરીકંઠ અને કેવળાથી ભયની વૃદ્ધિ થઇ નામરદી વાંઝીયાપણું મટે.

\* આમલા હલદ ચઢન નાગકેસર કમળ વાળો મજ્જા જેઠીમધ ધરો અનંતમૂળ—એટલાં દ્રવ્યો આમડીનો રંગ સુધારે.

\* શેરડીના મૂળ ઉકાળી પીવાથી અથવા સારીબા પીપર જેઠીમધ દ્રાક્ષ ભોરીગણી આદુ મધ એલચી કે વરીવાલી પીવાથી કંઠ કેવલ જેવો મીઠો થશે.

\* દાડમ કેસર-કરમદા બોર બીજોરી પુષ્કરમૂળ અખરોડ પપાઈ કાચનારની વાળ-હરદયને મજજીત બનાવશે.

\* વજ, હરડે ધમાસો, સુંઠ ચિત્રક, ખીયુ છાસ કડુ સુરેણ નાકેગસર અતિવિષ, કાષ્ઠી એક દ્રવ્ય હરસ મટાડશે.

\* તેલ લસન અખરોડ બદામ-ખજૂર દુધ માખણ તાકાન આપે... ગરમ એરંડ્યુનો એનીમા આપવાથી વાયુ રોગો મટે.



## ટચુકડી વૈદક નોંધ

સન્યાસી પ્રયોગો—ત્રિકલના ઉકાળો તોલા ૫ માં સમુદ્રશીણુ કુલ ૬૮૬ કાલો સુરોએ કલાઈ સફેદો સુરોખાર સિંધવ કુપર એલવી પીપર મરી દરેક અરધો તોલો ધુંટી રાતે આજવાથી મોતીયો પીગલી જાય નીલ બીજ અને નવસાર અરળમાં બારીક ધુંટી આજવાથી મોતીયો દુર થાય. આમલા મલોસત્વ તથા જાંબુના ઠંલીયા બારીક સરખે ભાગે પીસી અઢેક ચમચો ઠંડા પાણી સાથે લેવાથી કાયાબીટીસ મટે છે. કાંદા લસન ધતુરા પાન દરેકનો ૨૬ પાંચ તોલા, સરોઝ તથા તલનું તેલ તોલા પાંચ સાથે ચુસે ઉકાળો ફક્ત તેલ રહે ત્યારે ઉતારી શીથી બરો. ત્રણ ટીપાં નાખવાથી કાનના તમામ દરદો દુર થાય. સાકર ૫ તોલા સાથે ઉટકંઠાના કુલ તથા સત્તનાશીના કુલ ૨૧-૨૧ તોલા મેલવી ખુબ ધુંટી એક તોલે માખણ સાથે ૬ રતી સવારે આટવાથી દેનસર દુર થાય. સોનામખી તોલા ૪, વરીયાલી તોલા ૨, બનફસા તોલા ૨, ગુલાબના કુલ તોલા ૨, સરખંખે તોલા ૨, લીમડાના મુઠા પાન તોલા ૨, લીમડાની અંતર બલ તોલા ૨, લીમડાના કુલ-મલે તો તોલા ૨, પીસી મેલવી, ઠંલીયા વમરથી કાલી દ્રાક્ષ સાથે ધુંટી, સોપારી બેટલો આટણુ બે વખત ખવાડી દુધ પીવાડો તો દેનસર મટશે. (હકીમ મરીજશાહ, વહીવટી ઓરીસ પાસે, સૌરાષ્ટ્ર)

બરફ—જેવી ઠંડી અસર: સાકર સુરોખાર પાણીમાં માથે લગાડો. સરકાના પોતાં મુઠા. સફેદ કાળામાં સુરોખાર બલરોવી બાધો. દોધીની છાલ બાધો. દોધીનાં ટુકડા માથે ધસો. ઘાબી તેલ લગાડો. બાંજવેલો નેપકીન પચપચતો મુઠો. કીનારી નીચેવી મુકવાથી બીજનું સુકું રહેશે. સ્પીરીટ પાણીના પોતાં મુકવાથી કોલન વોટરની ગરજ સારશે.—ખટુમગં ભાજુ કે લીમડા પાન બાધો.

પલેગ—એક ચમચો ઠંડા પાણીમાં બે ટીપાં આયોડીન પીવાડો-  
આયોડીન લગાડો. ગધેઝની લાદ લગાડો અને ગધેઝનું મુત્ર બે તોલા  
પીવાથી દાનેરા ઇન્કલુનઝા પલેગ મટે. તુલસી લીમડો પપીતા જંતુનાશક છે.

એન્ડીક્લોજ સ્ટીન—સુંઠ તથા કાચફલની જાલ ખીસી મરમ પાણીમાં  
લગાડો. બલસીનો કે અસેલીયાનો સેક આપો.

ન્યુમોનીયા—ચિત્રક પીપર મધ ચાટો. જલદ કાલી દાણી પીવાડો.

થકકર—છીંક લાવે. કપૂર આંજો. પાણી છટો. આઢમી તેલ લગાડો.

ભારંગી કવાથ—તંબ્યાર મલે. ત્યાસ વાયુ કફ ન્યુમોનીયા અઝરી  
હરનીયા સંધીવા આંખ તથા મગજના દરદો દુર કરે. ૩૨ વાણુ છે.

અફીસુની ટેવ—લાલ મરચાં બાણી ખગાડો. ઝેરકાચનુ શુક્રી આપો  
ખસખસ પોષમાં અશીશુ છે. સુંઠ આપો.

આંટણુ—વેરલીનનો લેપડો લગાડવા કરો. સાણુનું શીશુ, અરીયનું  
પાણી ખાખન, મુળાના પાન, અનેનાસની જાલ, સરસુનું તેલ કે લીંજુની  
ચીર લગાડો.

ખીલ—સનઘાષ્ટ સાણુનું શીશુ લગાડો. બારસોપનું શીશુ મસા કરમાવે.

ટાનસીલ—ગરમાળા ગોળના કામલા અનેનાસ ચાવો...ગરમ પાણીમાં  
મધ લીંજુ પીજો...ધોડાવજ કે બહેઝની જાલ ચુસો...જાંજુલ ખાજો,  
ચોખ્ખા લીંજુના રસથી કામલા કરો...પપાઉ ખાજો પાણી લીમજ ડાહવી  
પીવાડો...પેટ હલકુ રાખો કટકડી પાણીના ફેલલા કરો. ટંકનખાર ચુસો,

ચરખી—વરૂણાદિ કવાય પીવે. કાચનાર ગુગળ લે. મહાયોગરાજ ગુગળ  
મધમાં ચાટો. સાટોડીનો ઉકાળો પીવે. વાવડીંગ જેઠીમધની શુક્રી મરમ  
દુધમાં લેજો. જોમૂતર ગાળી પીવે. કલલીનો ઉકાળો પીવે.

કાલા ઠાધા—પીચનો ફલીયો કે જાચફલ ધસી લગાડો. સાણુના શીશુમાં  
મેંદીનો શુક્રો લગાડો. લીંજુની ચીર-ધસે જાસ લગાડો. કાપરેલ પચાવે.

**કેસ નાશક**—ગોમૂત્રમાં ધનંદ્રામણી મુળ અથવા જાંબુલ મુળ લગાડો એલચીનો અક લગાડો ખાલ જેથી ખસખસ તેલ લગાડો. કપૂરદિ તેલ કુસુંબનું તેલ ધસો. કપુર મધ સિંદુર લગાડો. ઘોડાની લાલમાં કપુર લગાડો.

**મસા**—હરતાલ તથા અધેડનો દાર લગાડો અથવા સુનો સોદાખાકશખ પાણીમાં લગાડો. ખરી જશે.

**આંખના ખીલ**—દિવેલ તોલા ૨૧ માં મોરચુયુ પાંચ એન મેળવી લગાડો.

**ચરમો ઉતરે**—રવીવારે સવારે ખવાય તેટલા કંમળના ફુલ ખાવા પકાવેલો નવસાર આંજવાથી મોતીયો કપાય. મમીરાનો ગુચુ નવસારમાં છે.

**માલકાંકણી**—પાનમાં ખીરબોતી સાથે માલકાંકણીના ખીજ ખાવાથી નામરદી હાંફથી લકવો સંધીવા મટે. માલકાંકણી તેલમાં ખીરબોતી છુટી લગાડવાથી લકવો સંધીવા મટે. ગરમ ફુધમાં માલકાંકણી તેલના ૧૦ ટીપાં પીવાથી જલંદર મટે. માદદસ્ત વધે, હીરદીરીયા મટે.

**જીભે તાવ**—મધ સાથે આદુ અતિવિષ ચાટી ઉપર જાડ પીવે.

**આંખમાં ફુલુ**—ફુધમાં સૂંઠ ધસી આંખે મધ સાથે અધેડનું મુળ આંખે

**હાયાખીટીસ**—જાંબુલની અંતર જાલ ઉકાળી ચંદન મુકી સાથે પીવે.

**વાળો**—આકાનું ફુધ લગાડો. નગોડનો ઉક્રલો ઘી સાથે પીવે.

**કેસ છાળો**—લીલુના રસમાં આમલા મુચું લગાડો. જલદ ચાહેતું પાણી લગાડો.

**આધારીશી**—જૂના જાળમાં કપૂર લગાડો...નાકમાં કાઠમીરના ટીપાં નાંખો.

**ખીલ**—ફુધમાં જલદ ધસી લગાડો. જાલજળમાં બેરીક-ઝીક લગાડો.

**લોહીના હરસ**—કરેલાં પાનનો રસ જે તોલા, સાકર ના તોલા સાથે ત્રણ વખત પીવે.

નકામા બાલ—સરકામાં બીજવેલી ધેસળગુલ જુસી લગાડવાથી બાલની જડમાં સુનભેરી પેદ થઈ વધ એછી થશે. (૨) રમીરીટ-પાણી કે ગુલાબગુલમાં ગુલે ચરમાની લગાડો. પણ પ્રયોગ શરૂ કરવા પહેલાં બાલ 'શેવ' કરવાની જરૂર છે. (૩) મુળાના રસમાં હલદ મનશીલ આંખાને ચુંદર મેલવી છુટી રાખી લગાડો. (૪) લીંજુના રસમાં ખાંડ લગાડો.

વજન વધે—ખુબ સેકેલી કમરકાઠરીના જુકા થી દુધ સાથે પીવાથી વજન વધે. (૨) મુકા પાઉંની પાતલી કાતરી ઉપર ભારોભાર માખણ મધ લગાડી ત્રણ વખત ખાવાથી વધે. (૩) વિદારીકંદ, વાકિરીના મુળ કે વારાહીકંદની છુટી દુધ સાથે લેવાથી વધે. (૪) જપેરે રાતે ઢેળાં-આવલ ખાવાથી વધે. (૫) કસરતથી વધે. (૬) ઉંડી આસ ક્રિયાથી વધે. (૭) બીજો ખોરાક ખાધ કરીને એકલું જોસ બે વખત ખાવાથી વધે. (૮) માખણ સાથે કાસો ખજૂર ખાવાથી વધે, (૯) ઈર્ષા મરી ખાવાથી વધે. (૧૦) નાગરવેલ પાનમાં દસ દાણા કાઠાં મરી ચાવી જવાથી વધે. (૧૧) તરકારીના બોજનમાં ભારોભાર તેલ લસન ખાવાથી વધે—તેલ એટલે સરતી ચરખી. (૧૨) બદામ-અંજીર ખાવાથી વધે. (૧૩) દુધથી વધે.

ઉધરભાવ—દુધ કરતાં અંજીર સારાં. અંજીરથી સરસ સંત્રા... શરીર વિકાસ માટે ઉપલી ચીજોની કસોટી અમેરીકામાં લેવાઈ હતી. પણ ચાર સંત્રા જેટલો ગુણ સોપારી જેટલા આમલામાં છે. બોજન બાદ જાસદે બદલે આમલાનો રસ એક કપ પીવાથી વધુ ફાયદો આપે. આમલા કંઈ પડે તો કાસો ખજૂર કે ચના ખવાડો. બન્ને માંસ વધે છે. દહીં-પેપેના, માખણ-પપેતા, વજન વધારે છે.

હરસ—નામલા દુધેલીના પાન નંગ ૭ થોડાં થી કે માખણ સાથે ખવાડો—લોહી ચોક્કસ બધે થશે. સોદાખાઈકાઈ સાથે કલી ચુનો પાણીમાં લાકડી પડે લગાડવાથી મસા ખરી જશે. ચાંદુ પડે તો ઘેાપત્રા થી સાથે

ગુગળ ત્રિફળાની રાખ લગાડો. મદ્રાસી વૈદો આ પ્રયોગના રૂ. ૨૦૦) પડવી લેશે. લોહીવાલા હરસના શરીરમાંથી વર્ષમાં ૧૨ શેર લોહી વહી જાય છે. (૨) હરડે પીપર સરખવાની ઇચ્છાનો બુદ્ધિ પાવલીભાર, માખણ સાકર સાથે મેલવી સ્વારે આપવાથી લોહી બંધ થશે. (૩) વાવડીંગ મખજ, ઘોઝાની ખરી, સેફલા એરેકાચલાં અને લાલના ઇલાનિા ધુમાડો ઉંધી ગરણી કે ઉંધું કાડીયું મુકી તેમાં ધનું પાડી લેવો. (૪) ત્રિફળા ૩, સોનામખી ૩, રસવંતી ૨, સંયળ ૨, સિંધવ ૨, હીમજ વરીવાવી સૂંઠ સુરા ૧-૧ પીસી રાત્રે એક ચમચો ગરમ પાણી સાથે આપવાથી સ્વારે દરન સાફ ઉતરશે.

૧૦૦ વર્ષ—આમદાદે ઉડી રાજ દયેલીમાં પાણી પકડી નાક રસ્તે ધીમે આપવાથી બુદ્ધિ નિરમળ થાય—આખોમાં ગરૂ જેવી રાશની આવે—ચરમા ઉતરે—ખાળ ખરતા અટકે—સફેદ થતા અટકે—મસ્તક સાથે જોડાયેલી પાંચ ઇન્દ્રીની નાડિઓ સાફ થાય. પેટ પીસામ ગળાં તથા માથાના દરદો દુર થાય. આ પ્રયોગ પહેલાં ગરમ પાણીથી કરી, ટેવ પડ્યા પછી ઠંડા પાણીએ કરે. અબ્બાસથી ફતેહ મલશે. જરાખી ઉતાવલ કરશે નહીં પિત્તની દેહવાલાને માફક આવે. વાયુ પ્રકૃતિને આ પ્રયોગ અનુકુળ નથી.

વહેલા ઉઠો—રાતનો ચોથો પહોર ઇશ્વરી સમય છે. હવામાનમાં સાત્વીકતા હોય છે. જ્ઞાન માટે અનુકુળ છે. વિષ્ણુપુરાણ તથા મનુ સમ્રાટીમાં જણાવેલું છે કે જો ચિંતન કરવા લાયક વખતે (સવારે ૩ થી ૬ નો સમય) મુઠ રહેવાથી પ્રવચનો નાશ થાય છે. પ્રોફેસર બેન જણાવે છે કે પ્રાંતઃપ્રાજ્ઞ આત્મીક અને ગ્રંથ શક્તિ ઉન્નત સ્થિતિમાં છે. સાંજે શરીર અને આત્માની અંદર આળસ લરાય છે. એટ્લે જેકશન ડેવીસ જણાવે છે કે સવારે—સાંજે પ્રાણ અને રવીની વિજલી સરખી હોય છે. રવી વિદ્યુત રાત્રે ૧૨ વાગે અને પ્રાણ વિદ્યુત બપોરે ૧૨ વાગે એના ટેચિ પુગે.

પેટ'ટુકડ—મુખ્ય શુભ કસીન અને ધડિનો છે. ધડિ સોડીને દૂધ સાથે પીવાથી શુભ થશે. જાસમાં કસીન છે. બદામ ખુબ પૌષ્ટિક છે. કમળકાકડી તે ગરીબોની બદામ છે. :કાલા ખલ્લુરનો રસ કોહલીરનો શુભ ધરાવે છે. સીંગેણનો તૈયાર આતો પૌષ્ટિક છે. સોડલી કમળકાકડી દુધમાં છુટી માખણ સાથે પીવાથી કોવત-વગ્ન વધશે. મદર મટશે. : દાંત નીકળશે પણ વધશે છાતી ખીલશે. ચકર મટશે. હીસ્ટીરીયા દૂર થશે. માદ્યસ્ત વધશે. ચાર મગજ ઘીમાં તલી દુધ ઘી સાથે પીવાથી ખુબ શક્તિ વધશે.

ગલ્લેફો—અન્યાઓને ખલ્લુરનું પાણી પીવાડો. સંજોનો રસ બહારથી ગરમ કરીને આપો. રૂળામાં મરી નાખી ખવાડો. સાલમની કાંજ આપો

સલાહકાર—હોગરી. તમારો સાચો સત્તાહકાર છે. જુખ વિના કંઈ જમશો નહીં. એક જ વાણીનું બોજન કરો. ઓછું જમવાથી ફરી જુખ લાગશે. પણ ચિકાર જમવાથી અંદરના લાગો વહેલા ધસાઈ જશે. પલે: શીતલા અને લાકાઈ કરતાં મોતની વધુ સંખ્યા, કસોડસ જમવાથી નીપજે છે. વિચાર કરીને જઈરીઆત પ્રમાણે જમો. જુખ છતી તેને જગત છત્યું.

સુસાદીની—આખા દિવસમાં ફક્ત ચાર ગલાસ દુધ સાથે ફરદ ખાતો. આ ખોરાકથી હોગરી ઉપર બોજો પડતો નથી. દુધ વાસુ કરે તો સૂંઠ અથવા વાવડીંગ સાથે ઉકાળજો.

સાણુ—અરીકાં સીકકાઈ માટી આમલા કપુરકાચથી લીમડો સાદ કરતાં સરસ દાંતિ આપો. સાણુના ચાણુ ઉપયોગથી ચામડી મુકાઈ જાય, છાદો બંધ પડે, રોગ થાય...બીનો બડો તુવાલ ખુબ ધસવાથી ચામડીની સુંદરતા વધે. સ્નાન અગાઉ કાપરેલ કે સરસ્યાં તેલની માલીચ લેવાથી ચામડી ચમકદાર ઉઠાવદાર બને છે.

પગનો સેક—ગરમ પાણીમાં પગ સેકવાથી અનિદ્રા માથાના દરદો ઘટક પ્રેસર, ચાક, વેદનામાં તાત્કાલિક શાલ થયો છે.

હુંકો સાર—ઘી ધસવાથી માથાની પિગ્ગ જાય, છીંકણી સંધવાથી બેહેસી અડગરી દુર થાય, અરીસાનું શીણ પીવાથી ઝેર નિવારણ થાય, ઘોડાવળની છુટી શ્વાસરોગોને છૂટે, મધ પાણી ટપકાવવાથી આંખોનું તેજ વધે, સરસ્યાં તેલથી કાનના દરદો નાશ પામે, જવખારથી પીસાળના દરદો તાબે થાય, ચનાથી કોવત વધે, ભાંગરા કે કલેજના ઉકળાથી લોહી વધે, વેસ્લીન ધસવાથી આંખનું ઉતરે, શીલાજીતથી સર્વે દરદો જાય, ઉપવાસથી તાવ ઉતરે, સુંઠથી અનિસાર જાય, અખરોડથી સંધીવા મટે, આદુ મધથી સરદી તૂટે અંજબો ઉકળી મધ સાથે પીવાથી સંધીવા હડખી ખાંસી મટે.

દુધ કેમ પીશો? જલદી ગટાવી જવાથી પેટમાં ગાંઠ બંધાયે હોજરીનું કામ મુશ્કેલ બને. ચમચી વડે અથવા ખારીક ધારે ત્યુસીને દુધ પીવાય તો સહેલાઈથી પમે. એલચી-જાયફલ-સુંઠ, દુધ પચાવે.

ધઉં—ભીંજવેલા દાણા સવારે ચાવવાથી ખુબ ફાયદો કરે. ૧૬ જરૂરી તકવો આપે. (મિઝમ મસોરીયા) દુધમાં બદામ પીસી ખાજો.

વાસણો—તાંબા પિત્તલ કે કલાઈના નુકશાન કરે છે એમ અમેરીકન તબીબો જણાવે છે. એલ્યુમીનીયમના વધુ હાનીકારક છે. ધનિમલ વાસણની કાંકરી પેટમાં જઈ એપેન્ડીસા ઉપજાવે છે. માટીના વાસણો સૌથી સલામત છે. રંધવાના વાસણ માટીના, ડેગરી તાંબાની, બાલડી પિત્તલની સારી.

કસરત—યોગાસન ઉત્તમ છે. ખીજે નંબરે પ્રાણાયમ તથા દીર્ઘશ્વાસની કીયા. ત્રીજા નંબરે દોડવાની કસરત, સૌથી સગવડવાળી કસરત ચાલવાની છે. બસ માટે લાઈનમાં ઉભા રહેવા કરતાં ઝડપથી ચાલી જવ, ફક્ત ચાલવાથી કેટલાં દરદો મટે છે. મેકફેલનની 'વિડીંગ ક્યોર' વાંચો. સ્વીએ લાંબાં છેટાં ચાલવાથી આપું વીક તબીયત ખુશ રહે. વજન ઉંચકવાથી કે છમનેશીયમની કસરતો ખર્ચા તથા ધત્તી ઉધવધર બનાવે, તાવઘનને તગડો બનાવે. માથા પર ઉભા રહેવાનું નહીં બને તો ખગોપર ઉભા રહી માથું નીચે લઈ

જીવ. માથાપર સરીર ટેકવી રાખવાથી બાલ કાળા થાય, ખરતા અટકે, તાલકમાં નવા આવે, ચરમા ઉતરે, હૃદય છતી મસ્તકે પગ તથા પેટના ભાગેને અજમ આરામ મહે. વરસાનું પાણી બાલને ધણું કીમતી છે. માટી લગાડવાથી તાલકમાં નવા બાલનું લશકર ઊગશે. મહીલાઓએ બાલ છૂકા રાખવા અથવા દીકા બાંધવા. મગજુત બાંધવાથી મગજના દરદો થાય હેરઓછામાં ધુપેલ કે દિવેલ ઉત્તમ છે. ચીકણવાળા બાલ તંદુરસ્તી બનાવે છે.

ઉધાડે પગે ચાલો—આ સલાહ જરમન તખીમતી છે. આંખો તથા મગજ બળવાન થશે. બેભનમાં જાગેલી લોકોને જાગી નીચે ઉતરશે. નવી આનંદ ઉપજશે. ઉશ્કેરાટ ઓછો થશે. ખેડુતો અને મજૂરો ઉધાડે પગે ચાલે. અનેક દરદોથી તેઓ મુક્ત છે. બીના ધાસપર, બગીચામાં, તથા ઘેરમાં ઉધાડે પગે ચાલવામાં બેહદ ફાયદો છે. જમવા અગાઉ પગ ધોવાથી શારંગધર પદ્ધિત લલામણુ કરે છે. પશુ તે બીજાંવેલા જ રાખો. સુકાવવાની તસ્દી લેશો નહીં. ચાલવાથી પગમાં લોહી ફરે છે અને માથુ ઠંડુ રહે છે.

જઠર રસ—ખારો ને ખાટો. ખેરાક પચાવે. અંગેને ગેરટ્રીક જુસ કહે... પેચી ચીજો કરતાં કાક ચીજો ચાવી ખાવાથી વધે. ખારક અંજીર કાપર મરી જઠર રસ વધારે છે. પથરની ઘંટીમાં આટો દળી ખાવાથી પોષ્ટીક તત્વો ખુબ મેલશે. લોખંડા સાર્યામાં અનાજ પીસવાથી કૌવતકાર તત્વો નાશ પામે છે. કીમતી ખીજ તત્વો ઉડી જાય છે.

લોલાખ—આંતરક્રિયા નળનાં અને આગસુ બનાવે છે યુધું કાપર ખારક બાહ્ય અને રેસાવાળી ચીજો વાપરો.

કેનસર—તથા ખહી શરીરને ખાઈ જાય. તેમ ચોક શંકા કોષ ચિંતા આત્માને કમજોર બનાવે છે. ખોટા વિચાર અને ખરાબ લામણીથી શરીર જલદી બગડે છે. મન અને હૃદય બગડ્યાં તો શરીર જરૂર બગાડવાનું... વહેવારમાં પ્રેમ ધન સેવા અને ગીલસ વધારો !



થુલુ—કીમતી ખોરાક અને ખનીજનો ખમનો છે. દરેક ભોજનમાં એકેક ચમચો નાંખી ખાજો. એક તળીમ પેરાશીન સાથે થુલુ ખાવાની સલાહ આપે છે. શરીર પર બીજવેલું થુલુ લગાડવાથી પરમેવાની દુરગંધી, અસાધ્ય થાક દૂર થાય...કમળ જેવી કાતી થાય એમાં રેસાઓ હોવાથી પેટ સાફ રહે છે. બહાર કરતાં અંદરની સફાઈ પર વધુ લક્ષ્ય રાખો. ‘કલોગ પાન, ફલેક રાઈસ, પફ ઓઈલ’ મોઢી કીમતે વેચાય છે. થુલુ જ્યાં નહીં મલે ત્યાં ભાત ચના કે બીજા અનાજના ફોતરાં મેલવી જમો. મોઢી યોસ્ટ ટેબલેટ કે વીટામીન-બી કદી લેવાં નહીં પડશે.

હાઈફ્રેક્ચોર—ધોરી નસો કમજોર થવાથી હૃદય બંધ થાય. તંબાકુ દારૂ ચાહે કાશી માસ કબજામાં ઉચકરાટ ચિંતા, એટલી ચીજો નસોમાં નિરબળતા લાવી, ઘડીયાલરૂપી હાટને હંમેશનો બંધ કરે છે. ગળાં માજર અખરોડ પખાઉ અજમો ઝેરદાયકો ઘઉં સુંઠ તથા લસન હાઈ ટોનીક છે.

હાળો રંગ—કપડાં કપડાં તાપ ખેંચે—ગરમી વધારે—શીઠ ઉપખવે. સફેદ કપડાં પહેરો. પ્રકાશમાં ફરો. પ્રાણ વાયુ ફેફસાંમાં ભરો. માથે ઠંડું પાણી રેડો. સરદીથી કાન સંભાળો.

ઉંચી એડીના છુટ—નુકશાન કરે. પખને થાકવે. નસોમાં તાણ લાવે. મહીલાનું ગર્ભાશય ખગાડે...વાંજણી બનાવે.

ભોજન—જમવું એટલે પોષણ આપવું આનંદી મન વડે જમો. ધીકાર કે ઉચકરાટથી જમશો તો તેજ લાગણીઓને પોષણ મલશે. ખૂબ શાંતીથી જમો. ચાવવાથી જઠર રલ વધશે. ઓછા ખોરાકથી મોટું પોષણ લલશે.

સ્નાન જમવા પછી નહાવાથી ખાંસી સરદી લકવો થાય. લીમડા પાણીનું સ્નાન બાલ તથા ચામડીને ચળકાટ આપે. લીમડ પાન ખાવાથી આલ કાળા થાય, લોહી ચણાડી જેવું થાય. ગરમ પાણીનું સ્નાન પહેલાં

શરીરે ગરમ બનાવી પાછળથી ઠંડુ કરે. કુકાં પાણીએ નહાવે. શાવર બાથ નહીં લેવાય તો ઠંડા પાણીનો લીનો પચપચતો ટુવાય આખા શરીરે ઘસે. ખારાં પાણીનું સ્નાન દરીયાઈ પાણી જેવો ગુણ્ય આપે. રનાયુ સંકાતી મગ્નેશ્યુત ગનાવે. (સેન્ડો)

માંદગી—એટલે હોજરી આરામ માર્ગે છે. જૂખા નહીં રહેવાય તો મધ-પાણી પીવે. આખા મગનો ઉકાળો કુદના સાથે પીવે. આયુ અંછર કે કાલી દ્રાક્ષ ખુબ ચાવીને થોડી ખાળે. ઉપવાસથી ઝડપી ફાવદો થાય.

એનીમા—બધાં લઇ શકતાં નથી પણ સાધુના ગરમ પાણીમાં દિવેલ નાખી પીયકારી (રિક્ટમ સીરીઝ) વડે સફરા માર્ગે પાણી ચલાવે. એરંડયાની પીયકારી લકવો તથા તમામ વાયુના દરદો દૂર કરી પેટ ઢલકું બનાવે. સફરામાં ફક્ત એરંડ્યુ લગાડ્યા કરવાથી ઝાડો આપોઆપ ઉતરે સનધાઈ સાધુની પોતી સહી ગરમ એરંડ્યામાં કુખાડી ઉપર ચઢવે તો મોંઘી મપેઝીટરીની જરૂર નહીં પડે.

મકાશ રનાન—સવારે સાગે ખુલ્લા યોગાનમાં ફરો. તેમ નહીં બને તો સવારે રાતે, છાંયું સફેદ કપડાં પહેરી અગાથી પર આવી પવનની મીઠી લહેર શરીરને આપે. તેથી આનંદ-આરામ વધશે.

વેગ—પેટ પીસાગ છીંક અવાચી કે આંધુનો વેગ રોકતાં નહ.

ઉંઘ—રાતે હર થી હફ તીમીના પાણીએ ૩૦ મીનીટ નાહવાથી નિંદ્રા આવશે...હઠિલા દાખલામાં ૨૫ કલાક સુધી એ સ્નાન અપાયું છે. ઉંઘનો આશીરવાદ ખોઈ દેવાથી લોહી શીકું પડે, માદદસ્ત કમજોર બને, ગાંધપણ આવે મેરિયો પોન્જો, ઇટાલ્યન હોસ્પીટલનો તખીગ, કાળા તકીયા, કાળી ચાલર અને કાળા અંધારા કમરામાં દીવાનાને મુવાડી આરામ અને શાંતી આપે છે. ધાના કે મેંદીના કુલ માયા નીચે રાખવાથી ઉંઘ આવે મુતી વખતે દીવાલપર કાલી ચક્રરૂઢી જોરા કરવાથી નિંદ્રાદેહીના ખેળામાં ગીધા

ગરક થવાય છે। ઉધા કે ગાળી કારમાં સુવાથી ઉંધ વહેલી આવે છે. ખરડાપર સુવાથી તુકશાન થાય છે. ચત્તા સુવાથી ધનદીયો ઉઘટાઈ જાય, ક્રિયા ખોરવાય. તકીયો ખસાડી ઉંધા સુવાથી ફેટલાકને સત્વર ઉંધ આવી, મોઢું ભરાવદાર બની, કરચલીની લીલીઓ અલોપ થઈ જશે, ઉંધા સુવાથી ખોરાક વહેલો હજમે થશે. વગ્ન વધશે...દરત રોકાતો નથી, એપેન્ડીક્ષ થતો નથી, સ્વપ્ના સતાવતા નથી, સુતી વખતે વિચારો હાંકી નાંખજો. શાંતી શું છે તેની શોધમાં મનને રોકી નાંખજો. આહે કાશીને ઉશ્કેરાડ ઉંધ બગાડશે. ખોરાકી બોળે ઉંધમાં નડતલ નાંખશે. મોડી રાતના ભોજનો હરકત કરશે.

દિશા—મારકેડ્ય રમૂતીમાં જળ્યાબુ છે કે-પુર્વ અથવા દક્ષિણ તરફ માથું રાખી સુવાથી ધન-આયુષ વધે, પશ્ચિમ તરફ મસ્તક રાખી-આરામ કરવાથી ચિંતા વધે, અને ઉત્તર તરફ માથું ગાડવીને સુવાથી પ્રાણુ તત્વોનો નાશ થાય...ગમ્ય રમૂતીમાં કહેલું છે કે-પોતાના ઘરમાં પુર્વ દિશામાં, સસરાના ઘેરમાં દક્ષિણ દિશામાં, મુસાફરી વખતે પશ્ચિમ દિશામાં, મસ્તક ત્રાખો...ઉત્તર દિશા આરોગ્ય હાયક નથી.

માટી—અરધો કલાક પાણીમાં ઘુટી પેટ પર લગાડી પાટો બાંધવાથી એપેન્ડીક્ષની લપંકર પિડા બે કલાકમાંજ દુર થઈ, જમવા પહેલાં અઢેક કલાક ત્રણ વખત બાધો...દંડ પાણીમાં મધ પીવાથી અને પેટ તથા માથે માટી લગાડવાથી તાવ ઉતરશે...પેટ પર માટી બાંધવાથી બેશુમાર શુખ વધી...તેલ મરચાં નીમક-બંધ કરી માટી લગાડવાથી પુરાણા ખરજવાં મટ્યાં છે...માથે માટી લગાડવાથી જરૂર કરતાં સારો જવાબ આપશે...ગુલાબજળમાં સુતેઅરમાની લગાડવાથી લગંદર મસા ગુમર્ગ પાઠા કંઠમાળ વધરાવવામાં ફાયદો નોંધાયો...જીરું સાકર માટી બાવાથી, માટી પેટ પર મુકવાથી, લોહીવા બંધ થયો, ગર્ભપાત અટક્યો...વીંછી સાંપના ડંખ ઉપર કેતરાના કરક ઉપર માટીની પટ્ટી લગાડી પાટો બાધો. રત્નાન વખતે માટી

વાપરો. માટી વડે બાલ સાફ કરો. સસ્તો અને સચોટ હેર-શેમ્પુ છે. માટીના વપરાસથી સોજા હાથીપગ દૂર થયા છે. દાઢની વેદના શાંત થઈ. માથાના દરદો અલોપ થયા, પ્રેસર ઉતર્યો. હાથ-પગનો દાહ શાંત થયો. તમામ જડીબુટ્ટીની ઠંડી તાસીર-માટીમાં છે...અજમાવો.

**સેનેટોજન**—કેસીન ૬૫, ગલીસરોફોસ ૫...સાલમની ખીર સીંગાડાંની રાખડી આસંધ, બદામ, કેળાં, ચના કાઠબી એક ચીજ લો. કણાખરા પેટનું કુડમાં સેકલા ધક્ક. કેસીન, મોલ્ટ, એવી ચીજો છે. એ કૃત્રિમ પદાર્થો કૃત્રિમતામાં મોંઘા, છતાં ગુણમાં ઉતરતા છે. વધુ જલ્દલ ખોરાકો હોજરી બગાડે છે—માટે નક્કી ચીજોથી ચેતો !

**હાસ**—એના ચાતુ ઉપયોગથી એક સ્ત્રી ૧૨૦ વર્ષ જીવી શકી. બોજન બાદ પીવાથી ચામડી ગારી બને. પેટ નાતું થાય. હરસ તથા સંઘ્રહણીની રામનાણુ દવા...આંતરગના સમસ્ત જંતુઓ મારે. ખોરાક પચાવી જરમ બનાવે. દર્દનાં મુળમાં રેડો તો જઠ બળી જશે - મકાઈના હાવા પર છટા, મકાઈ નકામા બનશે એકુતો ઘી દુધ દહીં વેચી એકસી જાય ૫૦ આંત્રનીક થયાવે છે. છતાં દુધ પીનારો અને ઘી જમનારો કરતાં, જાય પર જીવનારો એકુતો વધુ બળવાન અને ચંચળ છે. જન આંત્રનીક થાય, ચાકતો નથી. પોણો શેર ઘી પીનારો અને ચાર શેર દુધ જમનારો, મદિ પડે, અગ્નિ મંદ થાય. જઠર યાકે...અમૃતમાં ધણણ અને મોત દુર કરવાનો ગુણ છે, ત્યારે જાયમાં ધણણ મરણ અને રોગો જીતવાની ત્રણ શક્તિઓ રહેલી છે. એટલે અમૃત કરતાં હિંચુ રથાન જાયનું છે. દહીંમાં ચોથા ભાગે ચાણી બેલવી વલોવેલું હોય તેને તક કહે છે. વધારે પાણી મેલવી વલોવેલાં દહીંમાંથી મરદો કાઢી લીધા પછી જે ગાડી રહે તે જાય ! કેટલાક દહીંઓ રોજના ૧૨ શેર તક પીને આસુદા બન્યા છે. ચંદ્રગ્રામો મોલીની મદદ વડે દુધ ૧૪ શેર જેટલું પીવાય છે. તક એટલે ઘટ જાય. ક્રેન્ય તખીબ મેકીનોફ 'યોગકરત' ને નામે ખૂબ તાગીક ગણ ચૂકા છે. જંતુનાશક છે.

વૈદક જ્યોતિષ—ધુટીઓ અને રત્નો સાથે મહોનું જોડાણ આગવના પાનામાં જણાવ્યો છે. ચંદ્રકળાની વધ-વટ ઉપર જન્મ-પ્રાણીના અંગરસની શુદ્ધિ તથા ક્ષયનો આધાર છે. ગ્રેડીકલ એસ્ટ્રોલોજીનો હવે આખા યુરોપમાં સ્વીકાર થયો છે. એકાદસીનાં ઉપવાસ સાથે આરોગ્યને નીકટ સંબંધ છે. અમુક તિથિએ ચંદ્ર, નિયમ પૂર્વક અમુક અંશનો જ (ડીગ્રી) હોય છે. તે પ્રમાણે ભરતી-ઓટ વનસ્પતિ અને માનવ દેહપર એની અસર થાય. ઓટ વખતે દેખાવમાં આડમાં સડો લાગતો નથી. પૂનમ-અમાસને દીવસે 'ભરતીનું' જોર વધુ હોય છે, અજવાળીયાં અને અધારીયાની બન્ને આઠમી તિથિએ બીજ દીવસોને મુકામલે આકર્ષણનું બળ ઓછું જણાયું છે. મનનો સંબંધ ચંદ્ર સાથે છે. અમસ-પૂણમ વખતે માંદગીનું જોર વધુ રહે છે—બીજ દીવસોમાં ઓછું થાય છે. બકરાની હીલચાલ અને અંસમવની નિંદ્રા જોઈ એક કલાકમાં વરસાદ થશે એવી અગાહી શિક્ષક અમલ પશુ અનુભવી બેકુતે કરી. પણ વિદ્વાન ન્યુતન સાહેબને આ વાત ગળે ઉતરી નહીં આખરે ધેર પહોંચવા અગાઉ જીવન બીજાઈ તરખોળા થયા ત્યારે અનુભવનું મહત્ત્વ સમજતા થયા. શક્તિ અને અનુભવ વચ્ચે જોડો ફેર છે... ઓટ વખતે આડનો અંગરસ અને જીવોની શક્તિ મૂળ તરફ ઉતરે છે. ત્રીજથી આયમ સુધીના ટી.સો. વધુ આરોગ્યદાયક છે આરસથી ત્રીજ સુધીના દીવસો માંદ જીવોને નુકશાન કરે છે અજવાળીયાં કરતાં અધારીયા પખવાડીયામાં જો નુકશાન વધુ રહે છે. માતની સંખ્યાએ મુદત દરમીયાન વધુ રહે છે. જડી ધુટીની અસર ચોથથી માંડી અગીયારસ સુધી બળવાન રહે છે. ધર્મગાડમાં છપાવેલી 'કલપેષર દરબસ'માં આ બાબત સમજાવેલી છે.

પૂર્વ—પૂરણોત્તમ બીજાજી વેઘ જણાવે છે—પૂર્વમાં માથું રાખી સુરથી ચેપી રોગમાંથી મુક્તિ મળે છે. અહીં સંગ્રહણી ખાંસી સંધીવા દુર થાય તાત્કાલિક સાદસ કરીને શ્રીમંતાઈ મેવવવી હોય તો પૂર્વ દિશાનો ઉંધ દરમયાન ઉપયોગ કરો... પૂર્વ દક્ષિણ બન્ને દિશાઓ સંપત્તિવાતા આપુપાતા છે. ચાર દિશાઓ, સૂર્યની પાર સંક્રાંતિ અને ૬ રતુઓ સાથે સંપત્તિ-આરોગ્યને મજા સંબંધ છે.

દક્ષિણ—શરીરના કાઠળી ભાગમાં લોહી કે રસી ઝરતી હોય, આપરેશન પછી ઘા રજતો નહીં હોય તેઓ દક્ષિણ તરફ માથું રાખી નિંદ્રા લે. જાત મહેનતથી સુખ સંપત્તિ અને ધન-ધાન્ય વધારવા ઇચ્છનારાએ દક્ષિણ દિશામાં મસ્તક રાખી નિંદ્રાવશ થવું.

પૂર્વ-દક્ષિણ—૫'૬૨ દીવસે દિશા બદલવાથી વાયુગોળો પેટનું ચળ  
છાતી માથા અને પેટનો ફાળવો દૂર થાય. વહિ ૧ થી અમાસ મુધી પૂર્વ  
દીશમાં, અને સુદિ ૧ થી પૂર્ણિમા સુધીના દીવસોમાં બીમારી થાય તે  
દક્ષિણ દિશામાં માથુ રખી નિંદ્રા લેવી.

## “બટ્ટકલી બાબતો”

- વિટેમીન—ધી માખણ તાંબિતા વટેના ગાજર ઢાંઘીર સરગવો લીમડો  
આજીપ.લો દુધ-દહીં. હેલીનટ ઓછલમા એ—વિટેમીન છે... વીસ્ટ યુલુ  
ફોતરા બંગમ પર્ના અખરોટ બાજીપાસો અને સુદો મેવો બી વિટેમીન  
ધરાવે છે...આમલા લીલાં મરચાં સંતરા ફેરી તાંબિતામાં ‘સી’ વિટેમીન  
સમાયું છે...સુરંગી પ્રકાશ તથા હેલીનટ ઓછલમાં ‘ડી’ વિટેમીન છે...તાજ  
લીલોતરી કાંચું દુધ દાણું અનાજના ફળામાં ‘ઈ’ વિટેમીન છે...ઉપવાસથી  
૯૦ ટકા દરદો મટે...બાકીના ૧૦ ટકા ખનીજકારણની ખોટથી ઉપજે.  
વિટેમીન તત્વો ખોટ પુરી નાંખે છે પણ ટેમલેટ રૂપમાં ખૂબ જમાવેલા  
‘હાઇપોટેન્સી’ની જરૂર નથી. ‘એ’ ખુટવાથી રાસની હાડકાં અને રક્તક  
શક્તિ ઘટે. ‘બી’ ખુટવાથી કબજિયાત નમોની કમજોરી વીગેરે રોગો જન્મે  
છે. ‘સી’ વટવાથી કાંત-અવાળુના દરદો જોર કરે છે. ‘ડી’ની ખેંચ  
સવાથી રીક્ટ કંઠમાળ જલંદર હાથપગની નાતવાળી લાચ પડે. ‘ઈ’  
ખટવાથી નામરદી અને વાજાપણાના લક્ષણો ઉભરે છે. આપોડીન ખુટવાથી  
ઝાંઘર, તાંબુ ખુટવાથી એનીમીયા, પોટાશીયમ ખુટવાથી સંધીવા અને  
કેનસર, અને વિપ ખુટવાથી સર્વે રોગો થાય.

. એલોપથી—પોતાના ઓપધીકારમાં ખૂબ વિશે જમાવ્યાં છે. ધણક  
M. D.—તબીબો જણાવી રહ્યા છે કે કેનસર નિહામણી ઝ.પે વધી રહ્યું  
છે. એલોપથીની ઝેરી દવાઓ, શ્વલેષુ ઇન્જેક્શનો અને ફોજમાત વેડી-  
નેશન જવાબદાર છે. ગોઝર વેડીનેશન હવે નાશુદ મલુ જોઇએ. યુર્ષ.  
ઉદાળા જેવી અસર ટીક્યરો આપી શકતા નથી.

**હોશિયારી—**૧૬-૬ બરમા પગ પેસારો કરી ચુકી છે. ત્રાવણકોર બરોડા મદ્રાસ કલકત્તા બંગાળમાં એ પધ્ધતી લોકપ્રીય થઈ પડી છે. મેંગલોરમાં ૩૦ કાંધર મુરબ સાહેબે હજારો રોગીઓને આરોગ્ય આપ્યું છે. કીંમત સસ્તી છે. વિશાળ પાયાપર તળીબી સેવા આપી શકાય છે. નાની મીઠી ગોળાઓ, એટલે શક્તિ જેવો ચમત્કાર બતાવે છે. ઓપરેશનનાં ભયંકર કેસો ટચુકડી મીઠી દવાથી બચ્યા છે તેનો પાઠ પુરાવો છે. માંડ ભગંદર માતીયો અંધાપો, કનસર-ટયુમર જેખર્મ વીના દુર થયાં છે.

**નેચર ક્યોર—**પૃથ્વી પાણી પવન પ્રકાશ અને આકાશના પાંચ તત્વોપર રચપાક છે. એકલાં પાણીના ઉપચારથી ૩૦ લુપ્તકૃનહે સાહેબે ચમત્કાર બતાવ્યા છે. માટીનો મઢીમા આયુરવેદ પુસ્તકોમાં ગવાયો છે. આણ્વણના પ્રતાપ, ખડી છાતી અને બીજાં રોગોમાં સિધ્ધ થયા છે. તાકાની તાસીર હવે જગ જાહેર બની છે. આકાશી તત્વેનું લાણુ ચિંતકોએ યોગીક પુરુષકોમાં કરાવ્યું છે. ચરક અને વાગભટ્ટના સુત્રધાનમાં એ વિદ્યા છે.

**આયુરવેદ—**આંકરી કસોટીમાંથી બહાર આવ્યો છે. વેદીનો પ્રચાર નબળો છે. તાજાં આદુના રસ જેટલો ગુણુ એના ટીંકયરમાં નથી સાટો. રીનો ઉકાળો સફળ છે—લીકવીડ એક્ષ્ટ્રેક્ટ એટલું કારગત નથી. એજ પ્રમાણે ગળે લીંબડો કરીયાતુ સાતવીન ઇનદરજબ બીલી અરકુસીના આલ્કોહોલીક ટીંકયરો માટે સમજા લેજો. પલાસ્ટીક સરજરી નવી શોધ નથી. સુશ્રુતના વખતથી ૨૦૦૦ વર્ષ પૂર્વે હસ્તીમાં આવી...એલેક્ઝાન્ડર, વેદક ઇલમપર શીઘ હતો. સંસ્કૃત મંત્રોના બાપાંતરો કરાવ્યાં. અરબસ્તાનમાં ખલીફઅલ મનમુરે આયુરવેદને અરબી ભાષામાં તૈયાર કર્યો. આરબો પાસે ત્રીકા શીખ્યા ત્રીક પામેથી રોમનો શીખ્યા એમ પરંપરાનો પત્થર ગળગતો ગયો, અને પશ્ચિમના તળીબોએ એજ વિદ્યામાંથી એલોપથીનું જોખું ઉજું કર્યું. ૩૦ વાઈક, હરેનક અને બીજાં તળીબો ઉપકારી હરફે—આ સત્યનો સ્વીકાર કરે છે કાપ્પા પોઈઝન (ફોર્સીધરનું વિષ) હિદુઓએ જ પ્રથમ વાપર્યું. મોમક હરતાલ ખનીજ અને ધાતુઓનો પહેલો ઉપયોગ આર્થ પ્રબલએજ કરેલો. સંગ્રહણીમાં

હાસ, ખડીમાં સોલું, જલદરમાં દુધ, હળરો વર્ષ પૂર્વે નકી થયા...સોજમાં નીમકની મનાઇ ગ્રામીન કાળથી થઇ છે. એવી અનેક બાબતોનો સ્વીકાર છેક મોડેથી એસોપથી જાવણીમાં થયો. પરંતુ શુદ્ધિએ ભારતના તખીયોને ઉધા ચરમા પહેરાવ્યા છે. દેશી વેદોએ ત્રિદોષવાદ શોધ્યો. હળરો ડ્રોયોના શુભગુરવ આલેખ્યા. 'ડ્રગસ ઓફ ઇન્ડિયા'માં કરનથ એપરા લખે છે—“સમયના પ્રહારો છતાં જે પદ્ધતિ જીવતી રહી તેને અવૈરાળીક કહી શ્રુતકારી શકાય નહીં. વિદ્યાનના નહીં પણ અનુભવના પાપા પર આધુર્વેદ ચલાયેલો છે”...અમેરીકાના હેલ્થ સર્વિસ જેનરલ ડૉ. હ્યુઝ કમીંગ દહે છે—“આધુનિક વિદ્યાનનો ભલે ટેકો નહીં હોય પણ જે પદ્ધતિ તથા તેના અંગના રીત-રિવાજો, હળરો વર્ષથી આત્મા આવતા હોય, તેનો પાપો સંગીન હોવો જોઈએ. ટાઝ માછીના માયાનો છુકો હૃદય રોગોમાં ચીનાઇ ગળ સૈકાઓથી વાપરે છે. આજે એડરીનાલીન ઉપયોગ થાય છે. કસેજમાં રહેલી પોષકશક્તિ આજના વિદ્વાનો છેક મોડેથી સ્વીકારે છે તે પાંડુરોગની સિધ્ધ એપધી જમાંના અગાઉ સાબીત થઇ છે.”

ગોળ—ગ્રાટીન આયોડીન આયરન સેકરોઝ મલુકાજ છે. ખોરાક ખયાવે...બીજવેલો ગોળ પાણીમાં ઉકળા આહેમાં પીવાય તો નુકશાન કરતો નથી. ગાળયા પછી પીવાથી કાર્બન ગરમ પડે, પેટ આવી જાય, કે મોડું આવે છે. ગોળ ખાનારને થાક ચક્રી નથી. તાંબા જેવું લાલ શરીર રહે છે. ગેસ કબજાત ઉભગરો સંધીવા છાતીની નળણાઇ સતાવતાં નથી.

ગોળ—૬૫ ટકા કારબોહાઇડ્રેટ છે. ૬૫ પાણીમાં બીજવી ગાળીને પીવાથી ગરમ પડતો નથી. મજુરોને શ્રમથી બચાવે છે. હાટ ડીસીક્રવાવાને ગોળ ફરમાવાય છે—તે સલાહ માટે ૨૦ સોનાની મહોરો વેસાતમા લેવાય છે. સાપે ટોપીમાં, કનડેન્સ મીલ્ક સાથે તાવેલો ગોળ છુટી નાખ્યો છે. એબી હાટ ટોનીક તરીકે વેચાય છે. પિપલીમુળ સાથે ગોળ ખાવાથી ઉત્તમ ઉધ આવે મરી-ગોળથી ધણા રોગો જાય. મુંઠ-ગોળથી સંધીવા મટયો. જીર-ગોળ તાવ મટાડે. ચનાની ચીકી તાકાત આપે. ઘી-ગોળમાં ચાદીનો ગરખ ખાવાથી ખહી મટે. મુંઠ-ગોળથી માયાના દરદો દૂર થાય દહી-મરી-ગોળ ખાવાથી સરદી તથા નાકના દરદો જાય દુધ સાથે ગોળ ખાવાની મનાઇ છે. મલુકાસતો ખળનો છે. મોળવું પાણી વળત વધારે શોમબોસીસ દૂર કરે. શીકાય દૂર કરે. તલ તથા રાજગરાની ચીકી કાપાખીટીસમાં શમદો આપે. અનેનાસ, લીંબુ, જીર, ગોળ, કેલકર ફોર ચેમ્બોસીર દૂર કરે છે.



**શી'ગોઠાં**—એનો આટો ભુલેશ્વર ક્યુનરખાને તૈયાર મલે છે. રશનનો આટો એણે મલે ત્યારે અમદ અના સેવાખીન માફક શી'ગોઠાંનો આટો બેલાય છે. દુધ કરતાં વધુ ખનીજ ક્ષારો છે. વિયંવર્ધક રૂપીપ્રદ છે.

**તાંબોતાં**—વેળેબલ કેલોમલ છે. છલ અને બીયાં દસ્ત રોકનારો છે. એનો રસ પીષ્ટીક છે. સંત્રાના રસ માફક તાંબોતાનો રસ ધાવતાં બાળકોને જરમનીમાં અપાય છે. ચેતનમય ક્ષારો વિપુલ હેવાથી તાંબોતા ઉપર લાંબો વખત છબી રોકાય છે. સરદી કરે તો આદુ પ્રદનો કે મરી ઉમેરી પીને. સોકેલાં છર્ડાં સાથે પીવાથી લોહી જલદી વધે, પેટ સાફ લાવવા એકનો રસ અપાય છે.

**પપેતા**—તાવીઝપે કાચા બાંધવાથી માઉટ રમેડીઝમમાં ફાયદો થાય. સિંધાકુણ બાંધવાથી પણ ગુણુ જલ્યાય. પપેતાની કાપેલી જાડી છાલનો સૂપ પીવાથી યુરીક એસીડ ઘોવાઈ જાય. માખણ સાથે કે દહીં સાથે છલ યુક્ત બાફેલા પપેતા ખાવાથી વજન વધે. છલ નીચે પોટાશીયમ છે. વચલા ભાગમાં સ્ટ્રોન્શિયમ છે. પપેતાની છલ મોરી વાસણો તથા ચીકણા હાથો ઘોવામાં વપરાય છે. કેનસરમાં પપેતાની છલ પ્રભાવિક છે.

**પપાઉ**—પાચનની ઉત્તમ દવા પેપસીન...એકલા અજમા સાથે પપાઉ ખાવાથી બલત્રમ કપાય. સંત્રાના રસ સાથે ખાવાથી વિટેમીનની વખાર વધે. લીંછુના રસ સાથે, પાચક રસો બળવાન બનાવે. દરાખ સાથે ખાવાથી કૌવત વધે. દહીંમાં કુબાડેલી પપાઉની ચીરો ખાવાથી નસ્તાનો વગ રાખે. 'જનકેટ' નરીકે અમેરીકામાં હોંસથી ખરાય છે. ધાવતાં બાળકોને એનો માવો અપાય છે. પિત્તવાલાને ખાડ સાથે અપાય છે. કીંમતમાં સસ્તો છતાં પોષણમાં ભરપૂર છે.

**આહુમી**—લીચિંગ યુન રોજ બે પાન ખાઈ ૨૫૦ વર્ષ જીવે. અધુર્વેદ આયુષ ટકાવનારી, મોતને વાયદો આપનારી પંડિતો જણાવે છે. લંકાના હાથીઓ ખાઈ બળવાન પ્રભ બનાવે છે. ફ્રાન્સ આલ્બર્ટીયામાં એની ખેતી ચર ચમ છે. બીટીશ ગવર્નમેંટ સંશોધન ચલાવે છે. હાથીપગ મટાડવા હાઈડ્રોકોટાઈલ ૩૦, વપરાય છે. મગજના રોગોની અવ્યથ દવા છે.

**શાંખાવલી**—આ ગજળ સુટી છે. ખાંડના પાણી સાથે લોહીનું દવાણું નીચે લાવે. ગરમ દૂધ સાથે થાકે ઉતારી મગજને તાંત્રી આપે. એજ પ્રયોગથી દસ્ત સાફ આવે. પીસાળની રસી ધોવાય, ઉપડાં પ્રયોગમાં ગણતું, ધી ઉમેરી પીવાથી મહીલા, માતા બને. વિદ્યાર્થીને જોખવાનું બળ આપે. ચોપડીના કુંગરોં મરતકમાં ડંસાવે. ઘડપણ દૂર કરી જવાનીનો રંગ આપે. કંઠમાળ દૂર કરે. માથાના દરદો છૂટે. મહાન શ્રેન ટોનીક છે.

**ભગંદર**—ત્રિફળા તથા એરની છલનો ઉકાળો, વાવડીંજ તથા ધી નાંખી પીવાડો...અંદ્રમલાથી ભગંદર મટે...નાગકેસર માખણ ખાંડમાં ચાટવાથી મટે. ધામરી પાન પીસી લગડવાથી મટે. માખણ લગડવાથી મટે.

**ચાટણ**—પીસેલી હીમજ સાથે ખમણી કાળા દરાખ પીસી લખેતા જેવી ગાલી બનાવી સવારે ખાવાથી તાવ, લોહીની કમી, કમજો, ઉલટી તથા પીસાળના રોગો મટે. (૨) હીમજ-હાંદરજવ-જેળની ગાળી તાવ મટાડે.

**હાંદરજવ**—હીમજ સહ નાગરમેથ ગોળનું ચાટણ હાંદર, અજીરણ કખજ્યાત મરડો દૂર કરે. ગૌમુતરમાં નાગરમેથ ધસી અગિવાથી કુહું કપાય.

**વધરાવલ**—ત્રિફળના ઉકાળો ગૌમુત્ર સાથે પીવાડો.

**હીસ્ટીરીયા**—અરીડાંનું પાણી અથવા અગિયવા પાનનો રસ મરી બને ધી નાકમાં ટપકાવો. (૨) કૃમીકુમાર રસની ગાળી કે અગ્નિતૂંડી ગાલી આપો. (૩) મધમાં કમરકાકરી ચાટો. ગરમ દુધમાં બદામનું તેલ પીવો.

**રામતીથ**—“અદેખાષ્ઠ યાય, નિરાશા ઉપજે, હલકા વિચારો આવે તો જલો કે હોજરી બગડી છે. મનનો આધાર તનતા આરોગ્ય પર છે.”

**પવીત્રાષ્ઠ**—તંદ્રોસ્તીનું બીજુ નામ છે. પાણી સાથુ કે કપડાંથી પવીત્રાષ્ઠ આવતી નથી. જોલાખ લેવાથી આવતી નથી. પણુ ચોડસાષ્ઠથી થોડું અને જરૂરી ખાવાથી, બીન જરૂરી મલીચી પેટમાં ભેગી થતી નથી હોજરી સાફ રહે તો ચિચારો સારા આવે. હાજરો પુન્યના અતે અદ્ય આહારનું બળવાન સુત્ર હાથ લાગે છે. ઓહું જમવાથી ઓહો મળ, ઓહો ઘસારો, ઓહી થાક લાગે...લાંબા આણય. ભરપૂર ચેતન અને ઓજસ આરોગ્યનો વધારો કરવા ઓહું જમો.

સલામતી—સેફ્ટી રેઝર, સેફ્ટી મેચીસ, સેફ્ટી વાલ્વ, સેફ્ટી ડેરિમાં સલામતી છે. બધા સામે રક્ષણ આપના કાળજીતે પ્રયત્નો થઈ રહ્યા છે. માનુષી બીજામાં 'સેફ્ટી ફસ્ટ' શોધાય છે. પણ દર ઇન્જિન કે મીર-કેડની પદ્ધતિ કેટલી જોખમભરી છે તેનો વિચાર તમે ક્યારે કરશો? સાબળ થવાની ગરંટી શું? રોગ વધી તો નહીં જાય? અથવા નવી માંદગી તો એમાંથી નહીં ઉભી થાય? એવો વિચાર કરવાની દરેક દરદીની ફરજ છે. આખો બધા કરીને સોયો ધોવાવવાની ટેવ પડી છે તેમાંથી બહાર નીકળવા તમારી શુદ્ધિ વાપરો. સાર્યા-એન્ટુ' તોલ કરો, આજે નરેજ કરતાં સારવાર વધુ લખંકર બની છે. દ્રવ્ય લોભમાં આરોગ્યનું બધીધન લેવાય છે. ડોક્ટરો સંપીલા છે. એક તખીમને હાથે ચયેલાં ગોટાળા કે 'ઉંટ પેદા' ઉપર બીજો તખીમ કદીખી પ્રકાશ ફેંકશે. વહી. આરોગ્યની સલામતી માટે કાયદાપોથીમાં એકબી માનુન નથી તો એ કલમ ક્યારે હસ્તીમાં આવશે?

મોટા ડોક્ટ—નાનપણમાં દેવાપલા એન્ડી-ટોફીનના મોટા ડોક્ટરી એક જવાનની શુદ્ધિ બહેર મારી ગઈ. દીકરાની ખૂરી હાલતથી એની માતાનું હૃદય અને શરીર બન્ને ભાંગી મયાં. પ્રેમાળ પિતાએ છેલ્લી પાંચ સુધી ડોક્ટરો અને હોસ્પિટલોના ખીલો ચુકવ્યા...આજે આ મરી ગઈ છે, બાપ એકાર છે, છોકરો પાગલ છે...આ તો દવાની વાત મઈ. ઇન્જિનનો અને વહાકાપનો કશું નતીજો નવા રોગીઓ ક્યારે સંભળાવશે?

ઉપવાસ—ખાંડુડા જીવા ખંગાલમાં ૧૨ લખંની વયે એક મહીલાએ પાસેથી મંત્ર લઈ નિરજલ ઉપવાસ આદર્યો છે. આજે ૬૮ ની ઉંમરે, ૬૯ સલામતી ૫૬ વર્ષ યુવા, અનાજનો દારૂ કે પાણીનું ટીપું લીધા ૧૨ આનંદી ચંચળ અને ચપલ છે. યોગ અને પ્રાણયમમાં પારંગત છે. ડા પીસાળ થતો નથી. ઘરનું કામકાજ કરે છે. તેઓ રોજ તુલસીનું ક પાન જ લે છે. "પ્રાણયમના જોરે ૧૦ વર્ષનો ઉપવાસ એક અમેરીકન પ્રયોગ કરેલો પણ ૫૬ વર્ષનો ઉપવાસ તો પહેલો જ છે."—એવો આ યોગાન દનો મત છે.

સ્નાન—હંડા પાણીનું સ્નાન શરીરને શક્તિ આપે. ગરમ પાણીએ નહાવાથી ઢીલાપણું અને નબળાઈ જણાય છે. ગરમ પાણી વડે શરીર ઉપરનો મેલ કપાય છે. હંડા પાણીથી પ્રતીલોભ ક્રીયા શરૂ થાય. એટલે ઢીલાપણું ઓછું થઈ સ્ફુર્તિ આવે. અને સરદી-ગરમી ખમવાની તાકાત વધે. ગરમ પાણીએ બલે નહાળે. ઉવટમાં ઠંડુ જ અથવા કુકું વાપરજો.

ગરમ પાણી—દૈન્ય ડોક્ટર હાઉઝલ પાણી માટે પત્રીકા પ્રગટ કરી છે. તેમાં જણાવે છે કે ઠંડુ પાણી સ્ફુર્તિદાયક છે. પેટ સાફ કરવા ઉઠાળતું પાણી પીજો. બગડેલી ક્રિપા બ્યવસ્થીન કરશે. માંદાને પોષણ આપશે. જમવા બગાડ, ગરમ પાણી ભૂખ લગાડશે. ભોજન બાદ પીવાથી ખોરાક ખચાવશે. એપેન્ડીસાઇટીસ દુખાવો ગરમ પાણીથી છૂતાયો છે. ગેસનો ગભરાટ શાંત થયો છે, ત્રણેક દીર્ઘા લીજું કે મધના ઉમેરાથી સ્વાદિષ્ટ બનશે. સવારે ઉઠતાં, માંદક આવે તેટલું ઠંડુ કે ગરમ પાણી પીવાની સલાહ છે.

સુગંધી—સાથે આરોગ્યને સંબંધ છે. મોઝલ રાજઅમલ દરમીયાન શાહજાદી ગુરજહાન ચંદન કે યુક્તાળના પુલોથી બહેંકતાં પાણીએ સ્નાન કરતી. ભારતની પ્રજા ઉનાળામાં સુગંધી વાળો કે કેસડા બીજની તે પાણી વડે નહાય છે. સાણુ કરતાં તે વધુ આરોગ્યદાયક છે. ધૂપ-અતરોની અસર વંચલાં મન ઉપર ગુરત થાય છે, અતરની ખરાબ મધથી રોજો થાય છે. અગરબત્તી કે ચંદનના પવિત્ર સુવાસથી ભક્તિભાવ શાંતિ અને સ્થીરતા વધે છે. પુષ્પોના પમરાટમાંથી પ્રેરણા મેલવી કવિઓ કાવ્ય-કૃતીઓ તૃપ્તિયાર કરે છે. ફુલોની ખુશબોથી સંગીતના અવનવા સુરોની સજવટ થઈ છે. યૌ. એડવર્ડ બાય, સંશોધનથી ફુલોની વિવિધ અસરો રોજ અને આરોગ્ય ઉપર નક્કી કરી ચૂક્યો છે. જગવિખ્યાત મારી કોરેલી પણ પ્રકાશ નાખી ચુકી છે.

ગોમુત્ર—લગાડવાથી ધા જખમ ખરજવાં સાફ થાય. ગાળાને પીવાથી કેનસર સુવારોળ કબજામાં ટ્યુમર જલંદર પથરી બળગમ વીઝે રોજા દૂર થાય. લાઈફબોય સાણુ અને વેરામોન ટેબ્લેટમાં ગોમુત્રનો ઉપયોગ.

યયો છે. નિરંગના બે ટીપાં સવારે પીવાથી પેટના અનેક દરદો દુર થઈ શીકું લોહી, અનેહી જોવું બને...ઘરને બદલે નીરંગના બે ટીપાં પીવાથી વધું ફાયદો થશે. અગમ સાથે જોયુત ઉકાળી ગાળીને કાનમાં ટપકાવવાથી રસી બંધ થાય, બહેરો સાંભળે...એમાં કુદરતી કારખાલીક એસીક અને કારો છે.

**ઝાણાની રાખ**—વાસણ ઉગળવાથી ચળકતા થાય, મેતલ પોલીશનું કામ કરે. અનાજ સડતો અટકાવે. શીનાબલનું કામ કરે, જી-લીખતો નાશ કરે..,ઘી સાથે લગાડે-ચાંદા રાશે, લગંદર મટશે. શીળદા તથા શીતળા મટાડે. તાજુ ઝાણુ લગાડી તરૂંકે ખેસવાથી ફાટ સારો થયો.

**બકરી દુધ**—ગાયના તાળાં દુધથી ખીળે નંબરે મુકાયું છે પણ વહેવારમાં તે પહેલે નંબરે છે. “ઉંટ મેલે આકડે—બકરી મેલે કાકરા”ના ન્યાએ વગડાની તમામ છુટીનો અંશ એણાર અને અરક, પચાવી લઈ દૂધરૂપે બકરી આપે છે. બકરીના શરીરની વાસ માત્ર, ખહીના જંતુઓ મારે. બકરીનું દુધ કામળના—સુંદરતા વધારે.

**ખાંડ**—ઓસ્ટ્રીયન તખીખ પોલ કારટન જણાવે છે—“ખાંડ એર છે. સાકર દારૂ મીઠું માંસ, એરી સાંપ જેવા પ્રાણુધાતક છે. જગતમાં સાકરથી રોગ વધી રહ્યો છે, સફાઈ કરવાના તબક્કામાં કીંમતી કારો નાશ પામે છે. એ એતન પદાર્થ નથી. મીઠાખ-ઓક્સેટથી દતિની ખરાબી થાય, મધુ મેહ જેવો લયંકર રોગ થાય. આરોગ્યનો નાશ કરે. ખાનારા સાકર જેવો સફેદ થાય. **પાયોરીયા**—કેનસરનું કારણ ખાંડ તીવ્ર અને કૃત્રિમ ખોરાક છે. ખાંડના વપરાય સાથે રોગનું જોર વધ્યું છે. ૧૮૬૦ માં, વર્ષે ૩૫ રતલ ખાંડ માયા દીક ખપતી. ૧૯૪૦ માં ૧૦૦ રતલ સુધી વપરાવા લાગી છે. મધ શેરડી ખજુર જેહીમધ દરાખ કેળાં, અંજીર, પપાઉ સીતાફલમાં પુરતી મીઠાસ અને શક્તિ છે.

૧૨ ક્ષાર—સોડીયમ, પોટાશીયમ, કેલશીયમ, મેગનેશીયમ, ક્લોરીન, આયોડીન, ફોસ્ફરસ, સલ્ફર, મેંગેનીઝ કોપર, આયરન અને સીસું...ફળ લાગુ આદર્શ ખેતર છે. ઉપર ૧૨ ખતીજ દ્રવ્યો એમાં છે. પાલખ, કાપી, મૂળા ખીટ, ફાવરમાં હાડકાં વિકસાવનારો કેલશીયમ છે. વાલ વટેના ક્યોલમાં કેલશીયમ નથી. માસમાં પ્રોટીન અને યુરીયા વધુ છે—કેલશીયમ કે શક્તિ નથી ખોટા ધોડામાં પડ્યો નહીં. જલમ આમના સફરચંદ તાજી લીલોતરીમાં, કાપી-તાખોતામાં સાલીત-પપાઉમાં કોમતી તત્વો વિપુલ છે... સફરચંદમાં બધા ક્ષારો છે...બલ સચના પપેતામાં ધઉં જોડેલો પોષાક ગુણુ છે. બાદેલા પપેતા વાયુ કરે. જુજેલા પપેતા જેસ હકે. ડેનમાકના તાખખ હિંડો, ઠંડ વીક સુધી જુજેલા પપેતા પર રહ્યો. આખા દીનમાં બે થી ચાર રતલ પપેતા જમતો. .

માંસ—વાધ વરે સિંહ કુતરો બીલાડા જેવા વિદ્વજ જનવરોને માંસ વીના ચાલતું નથી. ચીમપાનઝી ગાય બળદ હાથી બકરી હરણુ ઉંટ સાકા હારિ છે. શાકાહારિ જીવો લાંબું જીવનારાં છે. હાથીનો ઘખલો ખાનમાં રાખો.

કેળાં—લેટીનમાં 'ગલા માણસનો ખેતર' કહેયો છે. કાચા કેળામાં સ્વાસ્થ્ય વધુ હોય, પાકવાથી ગલુકોસમાં ફેરવાઈ જાય, ગલુકોસ કરતાં વધુ શક્તિ આપે. મન આનંદી બનાવે. ત્રણ વિદેશી અને ખતીજનો ખીચડો કેળામાં છે. ચાર લાખની ફેજ સાથે. હિંદ ઉપર ચડાઈ લાવનારો સીકંદર લશ્કરને કેળાં ખવડાડી મજબુત રાખતો. છેલ્લાં મહાવિગ્રહમાં લસનના પ્રયોગ વડે હીટલરે પરાક્રમ બતાવ્યું. રશિયનો સામે વિજયકંઠો વગડનારા જાપાનીઝ લશ્કરે સોયાબી-સમાંથી લગાયક ખમીર મેલવ્યું. મરડો ટાઈફામાં ઝાડ સાથે કેળાં અપાય છે. કેળાંથી મજામાં ચિકાચ વધી, માદ્યસ્ત તિલકુ ચાય. સેનેટોજન મોથુ છે. પપાઉ-કેળાની સસ્તી મેલવણીમાં શક્તિ વધેકે ગલીસરો ફોસફેટ વિપુલ છે. વિદ્યાર્થીઓને અધિક કેળુ ખપેરે—રાતે ભોજન બાદ આપો. નાસ્તાપર કેળુ ખાવાથી સરહી થય, જૂખ દ્યાઈ જાય.

- કોડી—અરીથુનું ઝેર ઉતારે જાંદગી ટુંકી કરે. લોહી બગાડે, અસ્થિઓમાં રક્તિ જેવું લાગે. પાછળથી ઘિલટી અસર થાય. હરદયના ધપકારા તથા લોહીનું દબાવું વધારે. એમાં ‘કરીન’ તત્વ છે. અરીથુ માંદક થેન લાવનારી છે. કુવાડ્યાના બી પીળે. એમાં અવગુણ નથી.

ખલ્લુર—આરબનો ખોરાક છે. મરદાનગી અને કોવત આપે. દાડ લીવર તેલની ગરજ સારે. રીફ્ટ દુર કરે. માખણ સાથે ખવાડો અથવા પણીમાં ભીંજવીને ચાર ઠાળા ખલ્લુરનો રસ સવારે પીવાડો. ગુણકોસનો બંધાર છે. વીટમીન-બીનજ પૂરુણ છે. ધટે કરતા બેવડી ઉત્સાહ અને શક્તિ આપે. ડા. ડ્રુન્સરીસ, ખલ્લુરને ચેતનવર્ધક જણાવે છે. ખલ્લુરથી કાઢીને પેટ સાફ આવે. તે બીજાને અતિસારમાં ફાપદો થાય. મંદાગિન દુર કરે. પાચનબદ્ધિને પ્રદિપ્ત કરે. મરીનેનું મધ, ફકીરનો ગુણકોસ નાતવાણીનું નિવારણ, ચોપણથી ભરપૂર છતાં લાવમાં સસ્તો! રાતે ચુસવાથી ઉંધ આવે. માખણ કે દહીં દુધ કેળાં દાપડ કે કમળાકરો સાથે ખવાડો... ગોળ-ચના, ખલ્લુર-દુધ સસ્તો ખોરાક છે... મોઢનો કબાસ દુર કરે.

આદકાલીન—જાણકારો જણાવે છે કે રેજીદો ખોરાક ૬૦ દહા અદકાલીન અને ૨૦ દહા એસીડ હોવો જોઈએ. ભારતવાસીઓની આયુષ્ય મર્યાદા ટુંકી હોવાનું કારણ આમ્લયુક્ત ખોરાક છે. સુકા મેવામાં, અંજીર દરાખ ખલ્લુર ગોળમાં, ફળ તરકારીમાં, આદકાલીન તત્વો પ્રચુર છે. આદે કોડી દાસ આવલ માંસ કથોલ સરકા નીમક ખાંડ અચ્ચાર મસાલો એસીડ તત્વેથી ભરપૂર છે. મેંધા ફળ નહીં પરવડે તો મોસમ પ્રમાણની સસ્તી ફરદ, કાલો ખલ્લુર, પસરેલી સુકી દરાખ અથવા પપાઉ-લીંબુનો આશરો શોધો... પચે તેટલોજ ખોરાક શરીરને ફાપદો આપે. ઝાડા માર્ગે ફેંકાયેલો ખોરાક નકમો જાય છે. માટે થોડો પણુ સંગીન ખોરાક લો. પેટ ભરવાની રીતી યોગ્ય છે. મરમ પાણીમાં લીંબુ કે તાંબાના રસ પીવો આદકાલીન છે.

ખોરાકમાં દવા—હરસમાં સુરણ, વાયુમાં તેલ લસન, કબજિયાતમાં સુષુ, નેત્રરોગમાં માખણ, ખસ્તા બાલમાં લીમડો, ગળાનાં રોગમાં પાષણપલ્લ, ખતીરોગમાં આદુ, અપચામાં પપાઉ, પેટના રોગમાં અંજીર, પીસાબરોગમાં કકડી, આંટણુપર લીંશુ, સંધીવામાં અખરોટ, અને ખરજવાપર કેળું બાધા.

હૃદય—ખીજા અબ્યવો તથા સ્નાયુને થોડો ઘણો આરામ મહે છે જન્મવા અગઉ ચોથા ચઢીનાથી, માતાના પેટમાંજ હાટ' ધખકારા મારી પોતાનાં કાર્યનું મંડાણ કરે તે છેક મરણ સુધી ચાલુ જ રહે. ઇન્દ્રી-આતર-હનિ ઉપવાસથી આરામ મહે. માઘીસથી સ્નાયુને વિશ્રામ મહે. રાત અને દીવસ, ચાવી વગરના ધડીપાલ માફક અખંડ અને અચુકપણે હૃદય ધબકારા મારીને જીવન જ્યોત આગુ રાખે છે. માણસ ભેંજાએ બનાવેયું યંત્ર એવું નિયમિત કે વ્યવસ્થીત નથી. મીનીટના ૭૫ ધબકારા મળતા ૧૫ની ઉંમરે ૧૫૪૭ અમળ ધબકારા થાય, એનાથી પેઢ ચયથી મતી માપવામાં આવે તો વીસ લાખ માઇલ થાય...શિત્તાજીત, અરજુનારિષ્ટ, ગાજરનો સુપ કાકો ખજુર અને આરામ કોવત આપે. મસાલો માંસ ફરી પઢાયો ચિંતા અતિ મમ હૃદયની મતી બમાડો. હૃદય તો એક સ્નાયુ છે તેને કસરત તથા આરામની જરૂર છે. શિર્પાશનથી, ચતા સુવાથી સીડી-દાદરા ઉતરવાથી, ઉપવાસથી, ઓછું જમવાથી, ધીમો લાખા ગ્રાસ લેવાથી ચાંતીઘયક સંગીત સાંભળવાથી, અમૂક પ્રકારની ખુશખોષી, હૃદયને અણુદીક આરામ અને બળ મહે છે. ચિંતા ગમગીની ઉસકેરાટની અસર હૃદય વહેલી પકડી લે છે. રાંદી આનંદ અને ઉંઘથી આરામ મહે છે.

ઉંચાઈ—ખોરાક તથા માણવાયુ સાથે સંબંધ છે. ચીન કરતાં હવાઇ ટાપુના લોકો વધુ ઉંચાં છે. ઇટાલ્યન કરતાં એસ્ટ્રેલીયન પ્રજાની ઉંચાઈ વધારે છે. ઉંચાઇનો ભેદ દુધ છે. ઇટાલ્યન પ્રજા કરતાં પાંચગણું વધુ દુધ 'ફુટયાઓ' પીએ છે. એસ્ટ્રેલીયામાં વરસ દીવસે ૧૦૦ ગેલન દુધ એક માણસ ગઠાવે છે. ખોરાકમાં ફળનું પ્રમાણ વધુ રહે છે...દુધ-ફળ વધુ આપો તો તમારા ફરજદો ખજુરી ઝડ જેવાં ઉંચા થશે. ભારી કસરતો ઉંચાઇ દાખી નાંખે છે. દોડવા-ફુવાની કે ગોલ્ફ ખાવાની કસરતો, ખારેક તથા કેળાનો ઉપયોગ, લંબાઈ વધારનારો છે.



કસરત—સુખ સ્નાનમાં કસરત લેવાથી શારિરીક ખોડખાપણો દૂર થયાં છે. ઉંઘાડા શરીરોપર તડકા લેવાથી ખરી મટયે છે. (ડા. રાલીયેર) સવારે-સાંજે તડકે બેસવાથી પાચન સુધાર્યાં છે. લસનની કળી ખાંધને ગળાઉપર તડકા લેવાથી કંઠમાળ દૂર થઈ તડકામાં શકિત ધાતુ અને તેજનો ખગ્ગનો છે. લસન તડકા બકરીનું દુધ અને ખુલ્લી હવા ઠાંપી રોગ નાશ કરે. વગન ઉંચકવાથી શરીર, બળદ જેવું જડ અને વજનદાર થાય. દેડના-ચાલવાથી દરેક સ્નાયુ તથા આંતરિક ક્રીયાને બળ મળે છે. ચેમપીયન બોક્સરો ચાલવાની કસરત ઉપર ખુબ ખ્યાન રાખે છે. અગાસી ઉપર એક જગાએ ઉભા રહી દોડવાથી ચાલવા કરતાં વધુ ફાયદો થશે અને વખતનો અચાપ થશે. હુકમાં પગ અને કમરને ચાલુ વ્યાયામ આપવાની જરૂર છે.

મેક કેરીસન—દુધ છઠી ધડે તરકારી માંસ પુરેતા, શીખતો ખોરાક છે. આમલી મસાલો આવલ સુગી માખલી, મદ્રાસી ખોરાક છે. પાઉં મુરંગા માખલી ચાહે અને માંસ અમેરીકન ખોરાક છે...મદ્રાસી ખોરાક આંતરમાં ચાંદા ગુમડાં ફેનસર ઉપજાવે. માવણકારમાં આવલ વધુ ખવાય એટલે પેટના અવસરો ત્યાં વધુ છે. જેપનીસ ખોરાક આંતરમાં ખરાબ કરે. સિંધી ખોરાક પીસાબમાં પ્રચર વધારે. દુધ પીવાથી કાંધ રોગ મટે.

હિટલર—સાકાહારી...ગાજર ઠાંપી વધુ ગમે...દાર-તંબાકુ લેતો નથી. રૂક્ષવેદ—તરવાનો શોખ...ટેરટ મરકો અને દૂધનું ભોજન...ખૂબ આનંદી રહેવાથી આરોગ્ય વધે.

બરનાડ શો—ફોખના રસમાં લીંબુ....સુકાં પાઉં પર મધ...તરકારી તથા ચાલવા-તરવાની કસરત અને સુખસ્નાનનો શોખીન. ૬૫ વર્ષ જીવ્યો.

રશિયન બાનુ—૬૬ વર્ષથી અનાજ બધે...બપોરે ગાજર કાઠોર કે લાજનો તાજો રસ લીંબુ સાથે અને રાતે ગરમ પાણી પીયે છે. ઝુનુની ઝડપે મોટર સાયકલ દેખવી રોકાડ નોંધાવ્યો...બચ્ચાંબો સંવાળે ધણીને રાંધી ખવાડે...નાર ક્લાક ઉંઘાય...પ્રવાહી ખોરાક પર ૧૫૦ વર્ષ જીવવાની આશા.

મારલીન ટીટ્રીય—આરોગ્યનો નમુનો! સવારે મોસળી...બપોરે રાતે તરકારી...રાખત કામ છતાં થાકતી નથી.

હેરી લોડર—હિતાં જ ઠંડુ પાણી બે ગ્લાસ પી લે...પછી લીંડ સંત્રા કે મોસળીનો ખોરાક...ઠાંપી જડુ ગમે.

માંકડ—જમલમાં થતા નથી માણસનું લોહી ન મળે તો આખું વસંત ઉપવાસ કરે. માંકડની માદા એકી વખતે ૨૦૦ ઇંડા મુકે. ઉનાળામાં માંકડને ત્રાસ વધે. ધાસલેટ—ટરપેનટીન છાંટવાથી માંકડ મરે, મરી મર્યાનો ઉકાળો નાખવાથી મરે. તંબાકુના પાન ગોદરાં નીચે મુકવાથી મરે. અકલમરો-ધોડાવજની જુકી છાંટવાથી મરે. જેપાનીસ ઇંડાસેકદ પાઉડરમાં ફરતાવની મંઘાતી જુકી છે. ધાસલેટમાં યુકેલીપતસ મેલવેલી ફવા અનુરમાં વેચાય છે.

કસારી—કાંઠરીની જાલ મુકવાથી નાહસે. માચીસની ખાંધી કબીમાં એરી-મધક ખુલાં મુકવાથી ઉઠાગરી કરે. જમક-એરીક છાંટવાથી કાંઠી નાહસે.

ઉધાઇ—ગામડી દિવેલમાં રસકપૂર ખેટકા મેલવી લગાડો. અથવા સોમલનો જુકો માદા તેલમાં લગાડો નગોડ લીમડો કાજીરી અંદર મુકવાથી પુસ્તકમાં થતી નથી. બહારથી કાજુનું તેલ લગાડવાથી ચોપડીઓ સધામત રહે છે થોડો જુક પેલીસ તરીકે વેચાય છે.

ફક્ષીટ—ધાસલેટ ૨૦ બાઉસમાં ૮ બાઉસ નેપથેલીનનો જુકો મેલવી થોડાં ટીપાં સીટ્રોનેલા, યુકેલીપતસ કે લેમન ગ્રાસ ઓઇનનું તેલ નાખી, છાંટો. તુલસીના પાન ચોળી લગાડી સુવાથી અથવા ટરપેનટીન લગાડવાથી માંસ-મંદરો આખી રાત દુર રહે છે.

લોહીનું દખાણુ—હરડેથી ઉતરે. શંખાવલી ચુણુંથી ઉતરે. સવારે સેકેલાં લીંણમાં મરી ચુસવાથી ઉતરે. એલચી વરીયાલી ખાંડની ફાકીથી ઉતરે. છીકથી ઉતરે જય ચોખાથી ઉતરે નીમક મરચાં ઉશ્કેરાટથી દખાણુ વધે છે ખાડના પણીમાં જવખાર પીવાથી ઉતરે.

સોદા બાઇકાખું—ચાકવનારું કામ ચરૂ કરવા અથવા સોદા બાઇકાખું પાણીમાં આપો મધ ખજૂર દરાખ કેળુ કે મીઠા ફળ મજૂરી આરંભવા આગમ્ય લેવાની જાનામણુ છે. થાકીને જમવા કરતાં ખાંધને થાકવું સારું છે. તેમ કરવાથી ચકિત અખંડ રહે, સ્નાયુઓ ધસાઇ જતાં નથી.

ચીટ્ટ—‘માય’ ઓફ સાયન્સમાં જરમન તમામ ધીર ટેબલેટ  
 કરમાવે છે. બી-વીટમીન ખૂટવાથી ૧૮૦ દરેકે થાય. ચાર ધીર ટેબલેટ  
 ચાવીને ગરમ પાણી પીવાથી એસપીરીન કે કોઈની દવા લેવી પડતી નથી.  
 દરેક-સાઈગીનું જોર એનાથી થતે છે. તેમાં પેપર ફોલ્ડે હોવાથી ખોરાકની  
 ગરમ સારે અને નબળાઈ દૂર રાખે. સંધીવા અપંગે ગેસ મળરાટ તથા  
 મમજના દરેકે જલદી દૂર થાય.

ડો. શરમન—અખ્યાત ખોરાકચારત્રી છે. કળ તરકારી દૂધની બધામધ્ય  
 કરે. જાહા સાથે બનાજ ખાવાની સલાહ આપે છે મીલમાં પીસાવવા કરતાં  
 ‘હાથની ઘંટીથી દરેકો બનાજ વધું’ ગુણુદાયી અને આયુષ્યવધક જણાવે  
 છે. કેનથર્નું કારણ કૃત્રિમના છે. ખોરાક અને રહેણી કરણી કુદરતના  
 ધોરણે રાખો. મગ ચના ધઉ જાત પપેતા ચીકુ સારવક જોઈ સાથે ખાળે  
 સાઈચોખા આખા પીસી લઈ તેનો રાટલો ખાવાથી પેટના તમામ દરેકોને  
 ખાંત આવે, સાઈચોખા સાથે જાસ ખાઇને સિંધીઓ મજાસુત બન્યા છે  
 આટલો જ ફેરફાર થાય તો

અનુભવ—ગાજરનો ઉકાળો પીવાથી જીની ખાંસી મટી ગઈ. રાજ  
 એ માઇલ ચાલવાની શક્તિ એક અચકત રોગીને પ્રાપ્ત થઈ. હાંફ દૂર  
 થઈ. હરદય મજબુત થયું ગાજરને ખાલે બીટરટ, મેથીની જાણ, વેગજા  
 સરસી જાણ આદુમાં આખા મગ કે લસનનો સુપ પણ ફાયદો કરે છે.  
 કોઈની એક ચીજ પસંદ કરો...ખરોળ નાચ કરનાર ગાજરમાં લોખંડ તાંબુ  
 બને છે, ખહી તથા કંઠમાળ જીતનાર લસનમાં આયોડીન છે. લીંબુમાં  
 પાંચ રસ છે. વિચવધક સુરણ કલેજી સુધારે. સેકટાનો સુપ પીવાથી અને  
 ગરમ રેતીના સેક લેવાથી સંધીવા મટયો છે. વજનવધક રતાણ, પપેતા  
 કરતાં સરતા છતાં વધું ગુણુદાયી છે, વિટામીન લંગર ધરાવતી કાખીના  
 પાન કાપી ઉપર લીંબુ મેલવી ખાવાથી લોહી ચણી જેવું બને...પાલખ  
 જાણ પેટ-પીસાજ સાફ લાવી પચરી તોડે...આમલી ખાવાથી સંમદણી

મટ્યો, નબળામનો ખોરાક ભીંડા... પપેતા— ભીંડા સાથે બારી જમો, ખાન વસાણનો ગુજુ વેંવણના છે. ખાંડ સાથે ઠાકરી ખારાધી પીસાબ લાવે—એમાં જનખાર છે. કેળું—દોધી પીંચીક છે. ઘી ગોળ સુંઠનું ચારણ ખાવાથી સુવારોગ હરદરોગ શ્વાસરોગ સંધીવા લકવો માથાના દરદો દર થયાં. ગોળનું પાણી પીવાથી વજન વધ્યું છે. ગોળમાં કેલશીયમ ફોસ્ફરસ લોહ વિટામીન છે. પપેતાની ઊંઘનો સુખ સંધીવા તથા યુરીક એસીડનો નાશ કરે.

ચણુ—દોધી સાથે કરે, તુધા વધારે, રક્તવર બાપે, ખડીમાં ફાયદો કરે, સ્વપનદોષ અટકાવે, પ્રદર છોટે, માંસ વધારે, ચાક ઉતારે... મુસાફરીનો ખોરાક છે. કેહનો રોગી એકસો ચણુપર રહીને સારો થયો. ૨૪ કલાક ભીંજવેલા ચણુ બેકેક દાણો આવતો મયો. ખાસ વખતે ચણુનું જ પાણી પીધું... ગ્રજુ જાત છે. સફેદ પીતી જાત કરતાં કાળા ઉત્તમ છે, ઊંઘ સાથે ખાંભે. ઊંઘમાં વીટેમીન છે.

સાણુદાના—પીંચીક છતાં પચાવમાં દલકા... વાયુ તથા કફની દેહ માટે સારા નથી, ગુજુમાં ઠંડા છે. પાણીમાં ઉકાળી ખજુર સાથે બાપો.

આણુદો—મંદગી વખતે અપાપ છે. ઝાડો બંધ કરે. સાણુદાના કે ખારાટની જગાએ કમળકાકરી સેકી છુંદી પાણીમાં ઉકાળી બાપો... ખાંભે બદલે દરાખ મધ અંછર લાથે બાપો. દાઝમ પેટ બંધ કરે.

ઓસલર—સુપ્રસિધ્ધ અમેરીકન તમીખ છે. પોતાના અતુલવધી જણાવે છે કે એપી અને ગંભીર દરદો બાદ કરતાં, સેંકડે દહ દહ રોગોનું મૂળ કારણ અયોગ્ય ખોરાક છે .. ફળ તરકારી વહેતાં પચે, રધિલો ખોરાક કેટલીક વાર ખાંડ કલાકે પચતો નથી.

મંદાગિ—અપચો અરગી દુર કરવા સેંકડો દવા અપાપ છે પણ ડો. પોપ, ફાયડી સાથે જાજર ખાવાની ભલામણ કરે છે. બીજો તખીખ

લીંબુનો રખ સાથે પપાઉની દિમાયત કરે છે. ત્રીજો અનેનાસ ફરમાવે છે. ચોથો ગોળ-અજમાની ચાહે કામચાપ જણાવે છે. પાંચમો, આદુ ખાવા કહે છે. બધા ખરા છે. અગ્નિમંદ થયા પછી જ રોજો જન્મે છે. અંદરનો આત્મ તેજ જીવન છે. અગ્નિ છુટાયો કે જીવન જ્યોત યોગવાસ જશે. માટે પાદ રાખો, મંદગી વખતે ખાસો તો ફસાઈ જશે. રોમ ગંભીર મશે. દોહત દયા કે દયાને વખતે ખપ લાગતાં નથી. આદુ પુદનો વ્યામલી-લસનની ચતણી, સરસીઆજી, હિંમ, જામફલ, મરચાં, અગ્નિવર્ધક છે.

ધી—ચોખ્ખું મણું નથો તલનું તેલ સાફ, મીનસેસ રટીતમાં આવેલી ગોપાલ જીવનમાં પહેલે માળે નવજીવન કાર્યાલય છે. તલનું ચોખ્ખું તેલ તથા ગમનું ધી ત્યાં વેચાય છે... ચારથી છ કલાકે ધી પચે ત્યારે માખણ તથા કલાકમાં દજમ થઈ આખ-ચહેરાને સુંદરતા આપી, પેટમાં માંસ બંધાઈ જતા અટકાવે છે. પેરાશીનને ખડે તાવેલું માખણ મીવાથી વધુ ફાયદો છે. માખણ નહીં પરવટે તો તલનું તેલ વાપરો. જમીનમાં પાકેલું માટીનું તેલ પેરાશીન ગરમ અને જડ વસ્તુ છે. માખણ ઠંડું ફચીકારક ચેતન વર્ધક છે. માખણથી ખહી મટે, મોતીયા અટકે, આંતરિક બળવાન બને. પેરાશીનમાં તેવો ગુણ નથી. સવારે મરમ દૂધમાં માખણ ચોખ્ખું ધી કે બદામનું તેલ પીવાથી પેટ સાફ આવશે. પેરાશીન પાછળ ખરચેલાં નાણાં ફેકેટ જાય છે કારણ તે દિવેલ માફક ગ્રાહ માગે નીકળી પડે છે. વેજટેલ ધી, તલના કરતાં મોલું, ઉતરતું અને અંધાપો લાવનાર જાહેર થયું છે.

અંબનાશિરોજી—ચિત્ર મધાન છે. ધી માખણ મલાઈ લીમડો વ્યામળ મોતીની લરમ ફળાં બદામ ઠંડક આપી રોસની વધારે. જીર્ણવરમાં ચરીર સુકાઈ જાય તે વખતે દુધ ધી માખણનો ચિકણો ખોરાક જરૂરી બને છે. માખણ રુચે સોનાનો વરખ ખાવાથી તે દુર થાય. ચિકણ ધટવાથી સુકાં રોનકોષો કમળેર બની ગોડપણ લાવે, પણ ધી સાથે બ્રાહ્મી ખાવાથી મગજ ફરીથી ચળરાક બને છે. બુનું ધી લગાડવાથી જખમ રસી બાગંદર તથા દાહકનિ ખહી દુર થયાં છે.

અંદન—સુખડ તેલ ખાંડ સાથે બે દીપાં પીવાથી પીસાખના દરદો બાપ. અંદન તેલમાં લીંછુ મેલવી લગાડવાથી ખરજવા મટે. બદામ તેલ સાથે અંદનનું તેલ મેલવી કાનમાં ટપકાવવાથી રસી બહેરાશ દૂર થાય. અંદન તેલથી ઉતમ અતરો બને. ચોખાના ધુવનમાં-અંદન ભુકી પીવાથી પ્રદર તથા લોહીવા બંધ થાય. હલદ કપુરકાચથી વાળો સાથે સુખડનો ભૂકો ચરીરે લગાડવાથી ફીર-ખજવાલ મટી અંદન જેવી ક્રાંતિ થાય. અંદનના ખાણમાં કે અંદનની પોકલ નળી વડે અથવા અંદનના ચમચ વડે દુધ પીવાથી તે ઘણું શુણુ આપે છે. અંદનની અમરખતી બમતાં બેગને સાંત કરે. અંદન તેલ લગાડવાથી ખીસ કાળા કાષા નાશુદ થાય. બકતોને સતસંજ ગમે છે. સપિને અંદનનું ઝાડ પસંદ છે. માખણ સાથે અંદનની રાખ ચાટવાથી કેનસર મટે. અંદન રાખમાં ખુબ પીટાશ છે—સ્કોટ.

ગંધક—મટ્ટીનો ખાતો નહી મલે તો સોના કે ચાંદીના કપમાં દુધ પીવાથી રૂપા-સોનાની માત્રા જેવો શુણુ આપે. ગંધકના મલાસમાં દુધ રાખી પીવાથી લોહી સાફ થઈ આમડીના દરદો અવોષ થય. પીવાના પાણીમાં સોનુ-ચાંદી નાંખી રાખવાથી એનો ઓગાર ચરીરને મલે છે. સોનાનું પાણી જંતુનાચક ખઠી બને દાઢશિષ્ટ હતે છે.

મૈકેદેન—‘દુધને બદલે જાસ ઉપર હવે બાળકો ઉછેરાય છે, આ પ્રયા હોલાન્ડમાં પ્રચલિત છે. લોહી સુધારી સુંદરતા બદે છે.’

બિક્ક—જાસથી કબજામાં થતી નથી. વહેથી પચે છે. આંતરડાં ક્રિયા કુશળ બનાવે છે.

હાસ—મૃત્યુ લોકનું અમૃત... પેટના તમામ રોગોની દવા ખાસ. ખોરાક પાણી બંધ કરી એકલી ધટી જાસ ચુસીને પીવાથી રાવજૂરથી રોગોનું લશ્કર સહેલાઈથી જીતી ચકાવ. પિપર સિંધવ સાથે વાયુરોગીને, ખાંડ—મધ સાથે પિત રોગીને, અને જીરું લસન અજમો સાથે કફ રોગીને, જાસ પીવાડો. આંતરડાંનો ખડી તે સંમદણી. જાસથી તે સાથે થયો છે. જાસથી

અતિસાર દરસ મટે છે. પેટના જંતુઓ મારે છે. મરી-મસાલાની ધગધગતી જ્વાળા પર અમૃત અંજલીનું કામ' જાસ પળવે છે. જાસ રોટલા પર ખેડુતો નિરવાહ ચલાવી ખાતલ આરોગ્ય મેલવે છે. વાત-પિત ઠંડુ' તે અમોઘ ઓષધ છે. ખસેર 'દુધમા' ૧૦ તોલા પપાઉનો માવે બી'જવી' દહીં ખનાવી ખાવાથી, કે પપાઉ સાથે જાસ લેવાથી પેટના દરદે નાબુદ થશે. જાસથી પીસાખના રોગો મટે, વિષ'જંદિ થાય, મર્માશય સુધરે, દસ્તાન સુધરે, રૂપરંજ સુધરે, ધડપણુ દુર રહે...ખાદી જાસ અને નાળીયે-રના ખમણુ વડે ધોવાથી ખાલ લાંબા થાય. ડેનમાક'ના ડોસાઓ જાસ પીને થાકમાં વગર ટટાર ચાલે છે. આપરલે'ડના ખેડુતો જાસ સાથે ખાંદેલા પુપેતા જમે છે. દારૂ શ્રમ જુલાવે ત્યારે જાસ શ્રમ મટાડે છે. મજુરે મહેરખાનો આ વાતની નોંધ લેશે! ફટકડી ટીકડીઓ હવે 'યોગહરત' ટેબલેટના નામે વેચાય છે. દુધમાં જરા ફટકડી નાખો તો બલદી દહીં બંધાશે. "જાસથી ખરાબ જખમો રજાય" (યોર્ક'સાવર તખીખ)

તાકાત—ધીમાં બી'જવેલી ખારેક સાથે કોપર' ખાગે. ગોળ સામે કોપર', ખજુર સાથે કોપર', માખણ સાથે ખજુર, દુધ સાથે ખાંદેલા અંજીર ખજુરના પાણીમાં એલચી, બદામ ખસખસની ખીર, સીંગોડાની રાખડી, કમળકાંકરીની કાંજ, એલચી કેસર ધી સાથે દુધ, કોવતને, કિલેક મજબુત કરે છે.

લોહી વધારે—ગાજર-મૂળા, કેમ્બી-તખિતાં. કાંદા-લસન, અંજીર-બદામ, માખણ-મધ, કડુ-ચીલાજીત, બદામનું તેલ, દુધમાં-પીપર, કેધા-ખજુર ખુદથી હવા, ઈંચ ત્રાસ, સુય-સ્નાન, લોહી વધારનારાં છે.

કેટલા કતાકે પચે?—ઉંઝળેણું દુધ ૨૫, કેળાં ૨૫, ગાહે ૩, રંધિલી તરકારી ૩, દહીં ૩, માખણ ૩૫, મલાઈ ૩૫, ખાંદેલા કપેતા ૩૫. ખાજરીનો રોટલો ૪, બાત ૫, ધણીની રોટલી ૫૫, ઘી ૬, તળેલા પદાર્થો ૮, અને કેટલીક ચીજો તો પચ્યા વગર ફેંકી દેવાય કે સરીરમાં શોષાઈ જાય છે.

અખરોડ—ખાવાથી અને અખરોડનું તેલ લગાડવાથી લકવો તથા કંઠમાળ મટે. અખરોડમાં સોમળ તત્વ છે. સંધીવા નામરદી કાપાળીરીસ લકવો ખરજવા દૂર કરે. દરાખ કેળાં કે અંજીર સાથે અખરોડ ખાવાથી મરમ પડતી નથી.

હાનનેશીયા—પ્લેગ તથા કોલેરાની રામખાણ દવા છે. પપીતાને હાનનેશીયા કહે છે. એ બીજને પાણીમાં બીજવી તેમાં છેદ પાડી સુતરમાં પરાવી અને હાથોપર બાંધવાથી અને સહેજ ચાટવાથી ઉપલા એપી રોગોમાંથી આબાદ બની જવાશે.

પીસામમાં રસી—સિંધ શામસીની પીળી યદાદ લરમ નં ૧, માખણ સાથે રોજ બે વખત, ત્રણ રતીઆર આપવાથી ધણા રોગીઓ સાજા થયા છે.

પાઇનેપલ—આંતરકાનો વળ સીધો કરે. પેટમાં ગયલાં બાલનું પાણી કરે, દસ્તાન સાફ લાવે, ટોનસીલ ડીપથેરીયા પાયોરીયા મટાડે. બમડેલી રસક્રિયા સુધારે, ગાંઠ ટયુમર કંઠમાળ નાની કરે, મોતીયો પીગલાવે, પેપરીન કરતાં વધું ગુણદાથી, પથરીનું પાણી કરે, એમાં રહેલું ઓમેલીન તત્વ જડ નત્રિલને પીગલાવી નખે, ઝાડો પીસાખ સાફ લાવે...મસા તથા આંટણપર એની અકશીર ઝાલ બધી.

અરેળીયા—એનાં બી મરમ છે. ક્ષ-વાયુમાં ઉપયોગી છે, એની લાતુ પોષ્ટીક ખીર ખાવાથી કમરપિડા દૂર થઈ દસ્તાન સાફ આવે...સંધીવા અરળ કબજામાં અનિદારમાં ગુણ આપે. એની મરમ રાખડી પીવાથી, માર લાગવાથી જામેલું લોહી વિખરાઈ જશે. ચોખ્ખા માફક દુધમાં ઉકાળી તેની ખીર બનાવી, તેમાં સાકર એલચી વી ઉમેરવાથી એની મરમી ઓછી થશે. અરેળીયા બીજાં પીસી મરમ લગાડી ૩ બાંધવાથી સંધીવાની પીડા શાંત થશે. પલાસ્તર કરતાં સરસ ગુણ છે, કીંમત સસ્તી છે. બાફેલાં ધતુરા પાનમાં પણ એ ગુણ.



**અળસી**—દસ તોલા પાણીમાં એક તોલો અલસી દસેક મીનીત ઉકાળી ગાળી સાકર સાથે પીવાથી મરડો પીસાળની આગ, અટકેલો બળમમ દુર થાય. અલસી તેલ ફરનીયર પોષીય તરીકે વપરાય છે. કલાઈ સફેદો એક તોલો દસ ખાલા અલસી તેલમાં છુટી લગાડવાથી ખરેખર્વા જખમ દાઝેલા પર ચુષ્ક બતાવે. પેરાશીન માફક અલસી તેલ એ તોલા નેટલું પીવાથી દરત સાફ ઉતરી જીનાં લખોટા છુટી પડશે, કપાલ પર અલસીનો સેક કરવાથી સરદી નજલો જમરવા મટયો છે. કાલસાની છુટી મેલવી અલસીનો સેક કરવાથી નરતર વીના સુખમાં પાકીને પુટે છે. એન્ડીધનોજીરદીનના મોઢા ડખા કરતાં અલસીનો સેક ન્યુમોનીયામાં વધુ કામપાપ નીવડયો છે. કપુર ટરપેનદીન સાથે અલસીનું તેલ મેલવો, રમેટીક તેલ બનશે.

**આપામાર્મ**—ઉપયોગી છુટી છે. એનો અર્થ—“સાફ કરનાર” અધેડ મૂળનું ચૂણું તોલો ૧, પાણી સાથે સતે શકવાથી અને એનો ધસારો આંજવાથી રતાંધળો, પુલ તથા આંખના દરદો દુર થશે. મરી સાથે મુળની છુટી પાવલીકાર આપવાથી કફ રોગો દુર થાય ચોખાના પાણી સાથે અધેડના બીજની છુટી એ આનીકાર પીવાથી દરસ તથા બોહીવા મટે છે. માખણ સાથે આવાથી પિત્તનું ધમન થાય. એજ પ્રયોગથી હાથીપગમાં ફાયદો થશે. એનો ક્ષાર આપવાથી પથરી તૂટે, પીસાળ છૂટે, વાલુગોળો મટે...શ્વાસ તથા જલદરમાં અતિ ગુણકારી છે. હરતાલ સાથે એ ક્ષાર લગાડવાથી મસા ખરે. એક ચમચો સરસમાં તેલમાં ચણાઈ નેટલો ક્ષાર મેળવી કાનમાં મરમ નાંખવાથી રસી બહેરાશ દુર થશે. અધેડનું મુળ જાંબપર બધિવાથી સરળ પ્રસૂતી થાય.

**બહેડાંની છાત**—ચુસવાથી દમ ખાંસી ટોનસ્ટ્રીલ મળાના રોગો દુર થાય. બહેડાંના ઉકાળા વડે કામળા કરવાથી મોઢામાં છામરા દુર થાય. મધમાં બહેડાંનું બીજ આંજવાથી પુલ મટે.

**પાધેરીયાં**—મુદી કે અખરોડની છાલ વડે દાંતણ કરો. બોરસલીનું દાંતણ કરો અને સરસમાં તેલમાં કપુર મેલવી કામળો રાખો ખાંડ ચાવલ ખપેતા કથેલ બુધ કરી, રાતે ત્રિફળા ચુર્ણ લો.

રંગો—એક તખીય કહે છે. 'રંગોની અસરથી વિચારના મોજા અને ચારિત્ર્ય' ધડતર થાય. ગુલાબી રંગ પ્રેમ પેદા કરે. લાલ રંગ ઉશ્કેરાટ કરી ક્રોધેડા બનાડે. ખુલ્લો લીલો મીઠાચારી વધારે. લુખરો રાખેડી રંગ ચિંતા-ધારતી ઉપજાવે. ઘેરો બહુ રંગ ચેતનશક્તિ અને પ્રેરક છે. ખુલ્લો ગુલાબી રંગ ઉદારતા આપે, રાધ જેવો પીળો રંગ લુચ્ચાઈ વધારે છે.

સંગીતનો સંબંધ—યોગી ડા. એબેક્ષાન્ડર કેનોન કહે છે—મેઘબાનના સાત રંગો, લાલ-નારંગી-પીલો-લીલો-બહુ-ધનડીંગો-વાયોલેટની અસર, સંગીતના સાત સુરો 'સા-રે-ગ-મ-પ-ધ-ની' પ્રમાણે અનુક્રમે છે.

સુખેધી—કપૂર અને ચંદનના ધુમાડામાં લાલ રંગની ઉત્તેજક અસર છે. બદામ-વેનીલામાં નારંગી રંગની આયોડીન તાસીર છે. મોમરા ખીજેરીમાં પીળા રંગની રેચક તાસીર છે. લોખાન કરસુરી નારસીસ અને ઝોરેન્જ ફલાવરમાં લીલા રંગનો ઠંડો ગુચ્છ છે. લાઇલેક, લીલી-ઝોફ-વેલી અને ટી-શાકમાં બહુ રંગની ખુખી છે. રોરારાક્ષ'લવંડર અને ટાનકા બીન્સમાં ધનડીંગો રંગની લુચ્ચાઈ છે. તજ પુદ્ગો પેપરમેંટમાં વાયોલેટ રંગનો પ્રભાવ રહેલો છે. ડાઠ આઇઆઇ-ચુટનનો રહેલ, ઉપલા ધોરણથી બે નોટ ઉતરતો છે. લાલ રંગથી ચક્ર ચતો રહેલ "ગ-મ-પ-ધ-ની-સા-રે," એ પ્રમાણે દોડે છે. ઇજીપ્તના હકીમો એકલા ધુમાડા-અતરો સુધાડી માંદગીઓ દુર કરે છે.

અલશ—સુખડના તેલથી ગ્રધા જાય મેંદીનું અતર બે ટીપાં કાનમાં નાખવાથી રસી-અહેરાય મટે. મેંદીનું અતર સુખવાથી બેળાની સરદી તૂટે. જોલાખનું અતર સુખવાથી એક પાઈના બેળના દરદો તથા ગરમી ઉતરી રાતી થઇ. મહાત્મા ગાંધીની ઉલટી-ઉમાડા ખસ અતર સુખવાથી દુર થયા. બેચેન વિદ્યાર્થીને અંબરનું અતર સુખડતા આવંદનો ઉમળજો જાગ્યો. કપૂરનો ધૂપ લેવાથી સરદી તૂટશે. કોરીનો ધુમાડો શીના-લ મારક દુરગંધી દુર કરશે, ટરપનટીન સુખવાથી, કોરોડ પર ઘસવાથી અર્ત ખાંડપર બે ટીપાં ખાવાથી હડખી ખાંસી મટી છે. ગુળાના ધૂપથી ડાંસ-મજ્જરો અને ભૂત-ખાધા દુર થશે. નીમકના ધુમાડથી કલોરીન ગેસ બની ખઠી ધન-ફલુ-જા શ્વાસ રોગ દુર કરશે. રાધના ધુમાડથી ન્યુમોનીયા મટયો, ધનુરાનો ધુમાડાથી હાલિય-ખાંસી મટયાં, હલદની ધુમાડથી લીસ્ટેરીયા તથા નાકના દરદો મટયાં, પરમેગનેટ સુખવાથી છીંકાછીક થશે લોખાનની ધુમાડી છતીના રોગો છૂટશે કાંઠાની કળીમાં એમોનીયા છે બેહોસને ઉઠાડશે, બોરસલીનું અતર તેજ લાવશે.

ધુમાડો—પૂજકમુળની ધુમાડી અનેક રોગો જીતે. ધનદ્રામણી મુળનો ધુમાડો મોરકીતો ડોહકલું કામ આપશે. જીનું આમર્ગ-ચિયરાનો ધુમાડો સાંપ-મામાને નહસાડે આકડના સુકા પીલાં પાનનો ધુમાડો કરવાથી ઉંદર મેચ્છર માંકડની પગટન ઉઠાગરી કરશે. લંમડા પાનનો ધુમાડો ટીતલા પત્રેમ અને ચેપી રોગોનો અંત લાવશે. હરમળનો ધુમાડો જંતુનાશક છે. ખાંડના ધુમાડાથી દવા પવિત્ર પનશે, દરેક ધુમડા આંખો બંધ કરી લેજો.

અગર—પાનમાં અગર અતરનાં બે ટીપાં ખાવાથી માથાના દરદો મટશે. લોહીનું દબાણ ચઢશે. પોષણચંદને પુરુષાતન આપશે. પેલેસ ટાઇનના હકીમોની ખાસ દવા છે. ગાંડપણ, જાનતંતુની કમળેરી, નામરદી માટે આયુર્વેદ અગર લલામણ કરે છે. “આદુના રસ સાથે અગરની છાલ ફરતી ચાટવાથી વાયુરોગ મટે. મધ સાથે ચાટવાથી કફરોગ મટે. આદમી રસ ચાટે ચાટવાથી ચકકર-હીરટીયા મટે. સાકરના પાણી સાથે પીવાથી માથાના દરદો મટે.” આ હકીમો તીબ્બે-અકબરમાં છે. કાન્સના તખીબો અગરની જુદી ચહેરાપર લગાડવા લલામણ કરે છે. મઠિના ગ્રંથા પીમળાવવા મેક્ષીકાના તખીબો વાપરે છે.

દસાયન—એટલે ધડપણ દર કરનારી હીકમતો દુધ સાથે ઘી સતાવધી, ગોખર, ઢોયાં, લસન. જેડીમધ, સિલાજીત, આસંધ આપો. લોખાનનો હરિદ્ર—સુગંધી વાળો કપુરકાયલી, ઘોડાવજ અથવા જઠા મસી ખોખરી કરી આતસ પર મૂકો.

કળ શાસ્ત્રનો સાર—બગડેલું પાચણ કરી પપાઉ પાછનેપલથી સુધરે. લોહી સાફ કરવા કાલી દરાખનો રસ પીજો. કમજીયાત તોડવા પાકા કેળાં બોજન ખાદ જમો. સુંદરતા વધારવા જમવા અગાઉ તાંબોતાં ખાજો. લોહી વધારવાનો સુખ ગીકા કાંદામાં છે. કેચ કાગાનું કામીયું ચીકુ આમલા આમલા સીતાફળમાં છે. કમજો દુર કરવા ખાંડ-લીંબુનું સરખત ગટાવો. નિંદ્રા લાવવા અને કેનસર જીતવા સફરચંદ અજમાવો. પથરી પીમલાવવાની તાસીર પીચ કાકડી અને કાચમીરી પેરમાં છે. મગજ ઠંડુ રાખવા સીતાફળ ખાવા કરો. ગેસનો મગડાટ સાકરટેટી દૂર કરશે. પીસાખ લાવવા ખાંડ

સાથે કાઠરી ચાવે. સૈન્દર્ભની ઝમક વધારવા કાઠડી પપાઉ ખરબુચીની ચીર ધસો. જવાનીનો રંગ જમાવવા રેડીયમ ખોરાક ગ્રાહરોને રસ નાળીયેર પાણી પીજો. ફાક્સીક એસીડનો પ્રભાવ કાઠમીર સરખવો કે ભાજીના તાજા રસ મચરો. પનસુલીનનો પ્રભાવ કોળી ઝરેલી વ્યવસ્થા સહમમનો રસ પીવાથી મલે. દવા અને દેવાથી વ્યવસ્થા ફળ ખાજો. દવાખાના નફાખાન સફાખાના અને કતલખાનાનો અંત લાવવા પમરતા વિવિધરંગી. વ્યમુશુણી ફળનો ઉપયોગ વધારો.

એકારી—કીમીયાનો સાગર આયુર્વેદ છે. રાજગારુ સાધન મલગે. દરદો છતનારી છુટી લાવી વેચો. હોમ્યો કે દેશી દવાની એજન્સી સહ પરદેશમાં ખપાવો. મોંઘા પ્રસ્તુકોની મલાઈ કાઢી, દુકા સાર છપાવી વેચો. ૧૦૦૦ છુકનો સાર અમેરીકાથી છપાઈ આવ્યો છે. નમારી કુશળતા જે દિશામાં ચાલે તેજ મામ પકડો. 'સેફ્ફ હેલ્પ,' 'જીન્ડગી છતવાની છુટી' 'હેન્રી ફેડ' વગેરે.

આમલી—ગરમીનું નિવારણ, કપજલાતની દવા, સંઘટ્ટણીનો યત્ન લોહી રંગનાઈ લોખંડ, ઉનાળાનું વરફ, અને મરીખનો ખોરાક...આમલી ખુદનો છરાં લસનની ચતણી જેસ તથા પેટના દરદો છતે. એજ પ્રયોગથી એક મહાત્માએ ખઠી મટાડયો. મધ સાથે આમલીનો સરખત પીરાથી કેનસર પીડા દૂર થઈ...આમલી વડે ધસવાથી કોર ખરજવા મટયાં... ૧૪ દીન ફક્ત આમલી ખાધને સંઘટ્ટણી રોગી ટટાર થયો. ચક્રાન કહે છે—મરી એક્સપી તજ ગોળ સાથે આમલીનું પાણી પીવાથી મદીરાની મરજ સારે.

હોમ્યોપાથી—ડો. રાઠ એલોપથી સાથે હોમ્યો સરખાવે છે. એલોપથીક દવાથી કાલેરા ૪૯, ન્યુમોનીયા ૨૪, પેરીટાનાઇટીસ ૧૩, ડીસેન્ટ્રી ૨૨, ફેફસાંનો સોજો ૨૦, મેનીનગ્રાઇટીસ ૭૦, એપોપ્લેક્સી ૮૩, લોહીની ઉલટીઓ ૪૪ મરણ નીપળ્યાં, ત્યારે હોમ્યો સારવારથી કાલેરા ૧૬, ન્યુમોનીયા ૫, પેરીટાનાઇટીસ ૪, ડીસેન્ટ્રી ૩, ફેફસાંનો સોજો ૯, મેનીનગ્રાઇટીસ ૫, એપોપ્લેક્સી ૨૯, અને લોહીની ઉલટીમા ૦ મરણો નાંધાયાં છે.

## કવિતાઈ ઇન્દ્રારતમાં આરોગ્યનું અમૃત

અનાજ મણુ એકથી લોહી તો શેરજ યાવ, ઉતરે વિષ સવાતોલો, બદનમાં ફેલાય.  
 જોય રીંગણીનો ફળ લે, તેનો રસ જે યાવ, પાંચ ટીપાં નામે ધરો, ચક્રર હીસ્ટીરીયા ભય.  
 મધ આદા રસ મેલવી, ચાટ પરમ ચતુર, શ્વાસ સરદી વેદના, ચોકકસ નાસે દૂર.  
 ગળો ગોખર તે આમલા, ઘી સાકરમાં ખાવ, ધડપણ આવે નહીં, રોગ સમૂળનો ભય.  
 લવંગ ધસી જલમાં, લેપ કપાસે યાવ, શીર સજીકાને દુઃખનું, પદકારામાં ભય,  
 દુધ કાંદાને માછલી, સાથે કદી જો ખાવ. વિષમરોગ વિકૃત યાવ કોઠ મહિ તે ભય.  
 કલીચુનો ને ગોળ લે, ખલી તે જોળી ખાવ, પાવલીપૂર સેવતાં, ચૂંક ચતુરની ભય.  
 છાશ જોળ મેલવો, પેસાણર નિત ખાવ, વાયુ-વેદના-તાવરોગ, તુરત વિદા થઇ ભય.  
 ઉધારલી જડકો બાણુ, દોષેસાબાર જલસંગપાન, સર્પવિષ કોષ ન રહે, સિદ્ધનાથ યોગી કહે.  
 લવંગ ખાડીને ખોખરાં, માખા મંજન લે, સિંધવ પ્રીતી મેલવો છાલ બદામતી રાખ.  
 મરી કપૂર ને એલચી, સુરમો લખ સગાય, ખારીક આલીને આંજળે ત્રિફળાં જલની સાથ.  
 રનાન રકુરતી અંગમાં, અંતરમાં આદદાદ, કામ કોષની સાર્તમાં અંગુલ કાળવે ભાગ.  
 ગુણવંતા છે ત્રિફળાં, અસર કાલિક બળવાન, આમવાયુ ને પેટના, રોગો તે છતનાર.  
 હેતે હરડે વાપરો, ખરી રસાયન રાવ, આયુષ વધારી તેજ કરે, કંચન વરણી કાવ.  
 રામ નામકી ઓષધી, સદશુર હીમા બતાવ, અંતર પિંકા વધે નહીં, રોગ ક્ષયકર ભય.  
 રામ રૂપર્ષયા શક હૈ, ખરચતે ખુટે નહીં, લેતે-દેતે નહીં થટે, એસી ચીજ કોષ નહીં.  
 મરડો મોઢો રોગ છે, ઘણી વેદના યાવ, હરડે-સાકર ચુલ્ખી, ચાર ફક્કાએ ભય.  
 મદ્દડા ને મજાક લાવો, લેપ પાણીમાં યાવ, બાંગાં હાડકાનો ઇલાજ, સદસંગ તે સંધાવ.  
 પાપડખાર ને ચુનો લે, જલમાં ઘુંટી ખાસ, એકાંતરે લગાડો એ, રોગ મસાનો નાશ.  
 દલદ બાવળી આમળા, મેલવો જોમૃત મહિ, ઉતું કરીને ચોપડે, હરદ દરાજનું ભય.  
 લીલો બાવી ભાંગે, ઘીમાં વાટી તલાવ, પોતલી બાધા ચાર હીન, 'ગ્લોકોમા' દુર યાવ.  
 મીઠલ માટી પાણીમાં, લેપ કુંટીએ યાવ, ચમે શુભ વાયુ તણું, મુમડાં પાહાં ભય.  
 વજ ખુરાસી ધસીને, જલ જેડીને પાચે, ચાર કલાકે સેવતાં, રોગ અડમરી ભયે.

રાધ ત્રિશૂળા ચુલુ' કરી, ઘીને મધમાં ખાવ, અમૃત સરીખા ઉપાયથી, આઠે શયો જ્ય  
 લસન કળા ને મોચરી, મેલવી મધમાં ખાવ, જોડકાર અડગરી નમોનીયા, જલદીથી છતા  
 ત્રિશૂળા મોચને સુંઠ લે, ગરમ દુધમાં પાવ, મટે મરચુની હેડકી, શ્વાસ કાસ સો જ  
 નીખ કવાય ઉકાળાને, છુપા ભાગને ધોય, ત્રણ મહીના તે સેવતા, વનિત વંધ્યા થાર  
 ઉનાઈ દાણા સાતમાં, કાંતિની અરધા ભાર, કાતીલ ઉકાળો લકરવો, જ્ય વામુ રિકા  
 હાથીદાંતની રાખ લે, જટામાસી દુધ સાથે, તોડે ગવ' ઉંદરીનો, બાલ બુ'ડા બ'ધ થાય  
 ગંધાને સાકર દીયે, લાગે કડવી ઝેર, શીખ દેશી જો મુખ'ને, ઉલટું વધશે વેર  
 બ'ગલા ધ'ધા કેટલા ! પ્રભુ નથી એ પુછવાનો, દયાદાન ઉપકારનો હીસાખ તમારે આપવાનો  
 ઉશક ગુગળ જયશ્વલ, કરો ખરોળ પર લેપ, છુટી લગ્ગડો દરદ પર, ઉપાય બજોડ ને એક  
 વજ ખાદમીને આવમી, આદુ કોવચ સાર સોનો રસ દીન સાત પી, કંઠ કોકીલ સમાર  
 બકરી મુત્ર લસન રસ, કાને મુકે કોય, બહેરાયને સજુકા મટે, પિડા પડ ન હોય  
 ઉતુ' કરીને સરચુ', ધરે કાનને પોલ, શુભ દરે સો કાનતુ', બહેરો મમજો બોલ  
 આકડા પાનમાં લસન લપેટો, સેકયો રસ ઉતારો, પાક્યો કાન રૂઝવા માડે, થાય બહેરાને બાન  
 ખારેક સેકી ચના સાથે, નિતદીન સેવન થાય, પચીસ દીન પ્રયોગ કરો, દુઃખ કમજાતુ જાય  
 ગોગ સુંઠનો જળથી, નાકે ટીપાં તાણ, થીસ નાકના રોગ તે, છોડ મટે નિરવાણ  
 એલચી લસન સાથે ખલી, વાળો ગોળી દસખાર, ગેસ અછરણુ લથ'કર, પિડા ચતુરની જાય  
 છતા તાવમાં પીપર બલી, મધ સાથે લેવાય, દુધ સાકરમાં સુંઠ કે, સીતાપલાહિ ચુલુદાય  
 અછરણુમાં ઉપવાસ, ગરમ પાણી વપરાસ, રસ ઉત્તમ લી'ણુનો, નિ'દા માટે ખાસ  
 મ'દામ્નિમાં મધ ઉ'ચકો, પીપર સાથે અતુપાન, બકકો જરૂર સળમાવશે, નામરવેલી પાન  
 લોહી અરતા હરસમાં, માખણ સાકર તલ, સુકા હરસ હોય તો, ચિત્રક મૂળની છાલ  
 દમ ઉધરસ ને ગેસમાં, લો જવ'ખાર જરૂર, રસ અરકુસી ખલીમાં, મધ સાથે અતુકુળ  
 અરુચીમાં દાડમ બહુ', બીજોરી વળી ખાસ, લી'ણુ રસમાં મેલવો, આદુ સાકર સા  
 પેટે મટે આક્રો, સેવો પીપરીમૂળ, શળ ઉપર હી'જને ઘી, સોજો ચિત્રકમૂળ  
 દાલ-ભાત કા સુતરા ખાના, મેરે બરોસે ગાંવ મત જાન,   
 ખીયરી કહે મે' આવન જાવન, રોટી કહે મે' મ'જલ કટાવન.

ગાંડપણમાં સેવો સદા, ઘી વ્યાહમી સાથ, બરફ થોભાવે ઉલટી, દાહે ધાના દ્રાક્ષ.  
 ઉપદંથમાં ઉપલસરી, સુઠે સરદી જાય, કૃમિરોગમાં વાવડી'મ, મધ સાથે જો ખામ  
 તાવ જાય કાચકે, કાલેરા ચાન્ત કપુર, અડગરીમાં મુંઠ-ગોળને, ક્ષયમાં વાંસકપુર  
 સરદીમાં મરી લતાં, સાથે નાગરપાન, શીજસ રોગમાં આદુતું, મધ સાથે અનુપા  
 ટેવ જુરી ચાહેની, ઉતારે આજસ અંગ, પગ મગજને ધાતુને, તોડે દીકા હં  
 દુધ સુંઠું ગરમ કરી, પ્રાંત સમય-પિવાય, પિલાય પલતાય અડપથી, લોહી ચતોડી ધાવ  
 બાળ યુવાન જેને, જાણો માતું દુધ, સેવો સદા સમજ્યા, હરડે અમરીટ ગુણ  
 બાજી રાણી ચોલાઈની, મળ શુધ્ધ કરનાર, પિત ઝેર યરાગને હરે, મૂત્ર ઉતારે પા  
 સુવા બાજી માનીતી, છતે તે ત્રિદોષ, ફવા ખરી ગેસતી, છુદી જમાવે કો  
 ચણા ધણા છે કામના, ઘુરા મધુરા તેજ, કફ પિત ધાતુ દોષમાં, તાવમાં સારા એજ  
 સફેદ કાંદાનો ગુણ ધણો, વિષ ઉધ વધારે, તાજે બનાવે ત્રણ વીકમાં, ઘી સાથે જો ખા  
 ન્ધાસ અકૃચી ખરોળને, મેદ વાત કફ રોગ, હરસ શુળ'ને ગેસમાં, સુરણ સાધે જો  
 કરીયાતું પિત વાવડો, તાવતું ઓપધ જણ, સમઠણી જેવા રોગમાં, ઝાસ ધણી ગુણવા  
 પ્રમેહ માટે બહુફલ્લી, પ્રદરમાં ધુવન ખાસ, ચકરી વાણુ શીફર, આહી વજ્રશ્રી ના  
 સોતું' યયમાં શ્રેષ્ઠ છે, ગળોસત્વની સાથ, પીવાય પથરી રોગમાં, શીલાજીત લ્યો હા  
 મોતી મરતક રોગમાં, નેત્રરોગ પણ જાય, લોહી સુધારે મજઠ, સાકર સાથે ખા  
 આઠે પ્રકારે પેટના, રોગો ધણા બળવાન, દીવેલ સાથે ગાયતું મૂત્ર ધણું ગુણવા  
 ગરમ ઉપાયો વાણુને, સિતગંધી પિત જાય, ક્ષારરોગમાં કફ, ત્રિદોષથી શું ધાય  
 ખાપરીયું અતિવિષ કળી, અંજન કરીને જો, આધળો દેખે ફરીથી, મૂત્ર નેપનાક્ષી હો  
 ફળ નિરમળી ધસીને, મધમાં અંજન થાય, નયન રહે નિરમળ સદા, પિંડા અખની જ  
 ઓધરી'ગણીનું ફળ ધમો, નાકે તાણે તોય, આધાશીશીનું દુઃખ તણું, નાણુદ યયતું જો  
 તેવ તણતું લાવીને, પીવાડે ત્યનિત્યાં, સિધ્ધ યોગ પંડિત કહે, રોગ કાલેરા જ  
 તુલસી દલ યા પાન રસ, આદુ રસમાં ખાય, તાવ હરેક મરી જઈ, તનમાં સુખ ય  
 સાકર શીતળ જલમાં ધોલી પીવાડે કોઇ, શીર હરદ અરધું, કદી ન તેને હો  
 સાયું સુખ સંસારતું, દેહ નિરોગી હોય, કરોડપતી શું કામનો, દુઃખનો કુંમર જો

કાંઠે દાંતના ફરદયા, બચવા જે જન ચલાવ, લાતી વાટી લવ ગને, લેપ કરે મુખ ચા.  
 માખર ખાવ મરીખડાં, કોળી કરડે ફગ, લક્ષ્મણીને લાડવા, પ્રસંગ તેવો મે.  
 હીંચ મરચુ' ને આમલી, સોપારી ને તેલ, જે માવાનો ખપ પડે તો પાંચે વસ્તુ મે.  
 દુધ સાકર ને એલચી, વરીયાલી ને દાક્ષ, જે માવાનો ખપ પડે પાંચે વસ્તુ રા.  
 તાવ કહે તુરીયામાવસ, મલકું દેખી ખડખડહસુ દુધપૌવાને ખાટી છાસ તેને ઘેર મારો વા.  
 ખૌંધી વિદેથી ધણાં, છૂટથી અહીં વપરાય, કાંમત જેવનો કેહી રી, ભાવ મોટા લેવા.  
 હવા દેથી વાપરો, રાખી ખુણે વિશ્વાસ, રાગો સર્વે મટી જશે, મુખમાં રહેશે ખા.  
 ટીકા કરો નહીં વાંચીને, પાંગોળો મણી પ્રયાસ, ક્ષમા આપજો સજ્જનો, કરં વિનંતીખ.

## પોપણ અને વિટામીનનો કોઠો.

**હુલીબટ તેલ**—ચરખી ૧૦૦, કેલોરી ૬૦૦, એ-વિટા જે લાખ, ડી-વિ  
 લેખલ પ્રમાણે.

**ચીઝ**—પ્રોટીન ૨૪, ચરખી ૨૫, ખનીજ ૪, કાર્બો ૬, આયરન ૨, કેલોરી ૩૪૮  
**મીઠક પાઉડર**—પ્રોટીન ૩૮, ખનીજ, ૭, કાર્બો ૫૧, ચુનો ૧૧, કેલોરી ૩૧૦

**માખણ**—ચરખી ૮૦, કેલોરી ૭૩૦, એ-વિટા ૬૦૦૦,

**ધી**—ચરખી ૬૮, કેલોરી ૬૦૦ એ-વિટા ૨૫૦૦.

**લે'સતુ' દુધ**—પ્રોટીન ૪, ચરખી ૯, કાર્બો ૫, કેલોરી ૧૧૭, એ-વિટા ૧૬૨

**મરધી-ખતકના ઇલાં**—પ્રોટીન ૧૩૧, ચરખી ૧૩, કેલોરી ૧૭૫, એ-વિટા ૧૨૦૦

**હીસમીસ**—પ્રોટીન ૨, ખનીજ ૨, કાર્બો ૭૭, કેલોરી ૩૧૦

**કોળો ખણુર**—પ્રોટીન ૩, ચરખી ૧૧, કાર્બો ૬૭, આયરન ૧૦, કેલોરી ૨૮

એ-૬૦૦, -બી-૩૦

**કાળી આમલી**—પ્રોટીન ૩, ચરખી ૩, કાર્બો ૬૭, આયરન ૧૧, કેલોરી ૨૮

એ-વિટા ૧૦૦



ગાયફલ—પ્રોટીન ૭૧, ચરબી ૨૬ કાર્બો ૨૬ આયર્ન ૪૧, કલોદી ૪૭૨.

મેથી દાણા—પ્રોટીન ૨૬ ચરબી ૬, ખનીજ ૩, કાર્બો ૪૪, આયર્ન ૧૪, કેલોરી ૩૨૩, એ-૧૬૦.

સોફ્ટ છરા—પ્રોટીન ૧૬, ચરબી ૧૫, ખનીજ ૬, કાર્બો ૩૬, કેલશીયમ આયર્ન ૩૬, કેલોરી ૩૫૬, એ-૮૭૦.

મુઠાં ધાના—પ્રોટીન ૧૪, ચરબી ૧૬, ખનીજ ૪, કાર્બો ૨૧, આયર્ન ૧ કેલોરી ૨૮૮, એ-૧૫૭૦.

મુઠાં મરચાં—પ્રોટીન ૧૬, ચરબી ૬, ખનીજ ૬, કાર્બો ૩૧, આયર્ન કેલોરી ૨૪૬, એ-૫૭૬.

કોપરુ—પ્રોટીન ૪૧, ચરબી ૪૧, કાર્બો ૬૩, આયર્ન ૨, કેલોરી ૪૪૪,

બદામ—પ્રોટીન ૨૦, ચરબી ૫૮, કાર્બો ૧૦, આયર્ન ૩૧ કેલોરી ૬૫૫.

તાલ—પ્રોટીન ૧૮, ચરબી ૪૩, ખનીજ ૫, કાર્બો ૨૫૦, કેલશીયમ ૧૧ (સોથી વ ફોસ્ફરસ ૦૧, આયર્ન ૧૦૧, કેલોરી ૫૧૪, એ-૧૦૦ બદામ જેટલો થી)

સેકેલી મગફલી પ્રોટીન ૩૧, ચરબી ૪૦, કાર્બો ૧૯, કેલોરી ૫૧ (એ-૩૧૬, બી-૧૦૦).

ચણા સેકેલા—પ્રોટીન ૨૨, ચરબી ૫, કાર્બો ૫૮, આયર્ન ૯, કેલોરી ૩૧

અડદ—પ્રોટીન ૨૪, કાર્બો ૬૦, આયર્ન ૧૦, કેલોરી ૩૫૦, એ-૬૪, બી-૧૪૦

કોયાખીન—પ્રોટીન ૪૩, ચરબી ૧૮, ખનીજ ૪૧, કાર્બો ૨૦, આયર્ન કેલોરી ૪૨૨, એ-૭૧૦, બી-૩૦૦.

વઉં—પ્રોટીન ૧૨, ચરબી ૧૫, કાર્બો ૭૧, આયર્ન ૫, કેલોરી ૩ એ-૧૦૮, બી-૧૮૦.

બાજરી—પ્રોટીન ૧૧, ચરબી ૫, કાર્બો ૬૭, આયર્ન ૮, કેલોરી ૩ એ-૨૨૦, બી-૧૧૦.

જવાર—પ્રોટીન ૧૦, ચરબી ૨, કાર્બો ૭૪, આયર્ન ૬, કેલેરી ૩૫૫,  
એ-૧૩૬, બી-૨૧૫.

આરણી—પ્રોટીન ૧૧, કાર્બો ૭૦, આયર્ન ૩૩, કેલેરી ૩૫૫, બી-૧૫૦

મકાઈ—પ્રોટીન ૧૧, ચરબી ૩૩, કાર્બો ૬૮, આયર્ન ૨, કેલેરી ૩૪૨.

મમરા—પ્રોટીન ૭૩, કાર્બો ૭૧, આયર્ન ૬, કેલેરી ૩૨૬, બી-૭૦

લુવર—પ્રોટીન ૨૨, કાર્બો ૫૭, આયર્ન ૯, કેલેરી ૩૩૩, એ-૨૨૦, બી-૧૫૦

કમલકાકરી—આહે કાશી કોકો ચારટમ ઓવલટીન મેક્સા મેક્સા ડુડી સરસ  
મેક્સા છુંદી ઉકાળી પીન્ને.

કલેજી—પ્રોટીન ૧૬, ચરબી ૭૩, કેલેરી ૧૫૦, બી-૨૨૩૦૦, બી-૧૨૦ સી-૨૦

રાઈ—પ્રોટીન ૨૨, ચરબી ૪૦, કાર્બો ૨૩, આયર્ન, ૧૮, કેલેરી ૫૪૧, એ-૨૭૦

અલસી—પ્રોટીન ૨૦, ચરબી ૩૭, કાર્બો ૨૬, આયર્ન ૨૩, કેલેરી ૫૩૦, એ ૫૦.

સુકા સી ગોડા—પ્રોટીન ૧૩૩, કાર્બો ૬૬, કેલેરી ૭૩, એ-વિટા ૨૦.

આમલા—કાર્બો ૧૪, આયર્ન ૧, કેલેરી ૫૬, સી વિટા ૬૦૦.

સકરકંદ—પ્રોટીન ૧, કાર્બો ૩૧, કેલેરી ૧૩૨ પપેતા-કાર્બો ૨૩, કેલેરી ૬૬,  
માજર-એ-૪૮૦૦.

લીમ્બાપાન—પ્રોટીન ૧૧૩, ચરબી ૩, ખનીજ ૨૩, કાર્બો ૨૧, આયર્ન ૨૫,  
કેલેરી ૧૫૮, એ-૪૬૦૦, કાઠમીર એ-૧૨૬૦૦.

ચીસ્ટ ટેબલેટ—પ્રોટીન ૩૬૩, ખનીજ ૭, કાર્બો ૨૬, ફોસફરસ ૧૩, આયર્ન  
૪૩૩, કેલેરી ૩૨૦, એ-૧૧૦, બી-૨૦૦૦.

પાપડ—પ્રોટીન ૧૯, ખનીજ ૮૧, કાર્બો ૫૨૩, આયર્ન ૧૭, કેલેરી ૨૮૮.

ગોળ—કાર્બો ૬૫, આયર્ન ૧૧૩, કેલેરી ૩૮૩, એ-૨૮૦.

આમલીના બી—કાળા પપેતા કેરીની જગ, આમાની ગોટલી, ગ્રાન-કાદિ,  
તુલસી, લીમકો, મરમ પાણીમાં પેષક દ્રવ્યો છે.

**બરનાડ'સો**—ઉકળતાં બારથી વેટરમાં ૧૧-૧૫ થીસ્ટ ટેબલેટો બી'જવી, ૧ કલાક બાદ પીયે છે.

**એડુતો**—ઉકળતાં પાણીમાં ગોળ બી'જવી તે પાણી થોડાક દીન બાદ પીવામાં લે સમાજ સેવક—જુનાં કાપેલાં અંજીર, કાથી દરાખ કે કાલો અજીર પાણી બી'જવી સમવીને ટોનીક તરીકે પીયે છે.

**મોખેદ સાહેબ**—ઝમઝમતો લાલ કાંદો ખાઈ જૂખનો ભડકો સળગાવે.

**પારસી હુકીમ**—પોટ' વાઇનને બદલે બરજીનારિસ્ટ પીયે છે, બાન્ડીને બા એક ચમચો ઉકળતાં પાણીમાં પાંચેક દીપાં યુક્લીપ્તસ ઓઇલ નાંખી ગટા ભય છે. રમને બદલે અજીરાસવથી મોજ મેલવે છે.

**તાડીનો શાખીન**—નળીયેરનું પાણી સફેદ બાટલીમાં ભરી ઘુચ વી તડકે સુકી 'જુડ-જુડ' લાવી મળાદ મેલવે છે.

**જીંજર વાઈન**—ફક્ત રોજસ'ની સફેદ જીંજર લાવી ચુસીને પીવા મડિા.

**બીયરની ટેવ**—લીલી ચાહેનો ઉકાળો 'સાઇડર વાઇન'નો ટેસ્ટ બાપશે.

ઉકળતી ચાહેમાં થીસ્ટ ટેબલેટો બી'જવી રાખી સરતા બીયરની મળ થેરમાં મજુરો મેલવે છે.

**સાચો ટોનીક**—ઉકળતાં પાણીમાં કરીયાતુ બી'જવી ઠાંડી પંદર મીનીટ ભ પીજો. કબરત કરો. ગરમ પાણી પીજો. જોડીમધ કે મહુડાના ફૂલ પીવો.

**કોકો**—સવારે ગરમ પીવાથી, ખુબ ભગતી આવશે. એમાં ઝેરકાચબાનો ઘુણ ગાજર—ગાજરનો સુખ પુદના સાથે પીજો અથવા આદુ-લી'જુના ચોખ્ખા ૨ સાથે નીમક મેલવી પી જોજો.

**કેફી મીજો**—કાજુના તાળાં ફળ, ભવફલ, કુઝરકંદ, ધતુરાના બી, મહુડા પુલ, જૂજેલાં બીટરૂટ લીલાં મરચાં, ખસખસના પોષ, સફેદ કોળાના રં પરધારો, રોટ્તર, વીકલો, ચોખ્ખાનું પાણી, સેરડીના કુચાનો ઉકાળો.

**જીન**—મહાપ્રમાંથી બને છે. એમાં પમરાત લાવવા જુનીપર વપરાય છે.

**રમ**—ગોળમાં ઉભાજુ લાવી માળવામાં આવે છે. અજીરાસવ વપરાય છે.

**વીરુડી**—જવને સડાળ્યા પછી ઘડ' રાષ પપેતાનો ચરક મેલવાય દ રમરો એસંસ રમમાં નાંખી કેટલાક વેપારીઓ વીસ્ટી તરીકે વેચે છે.

**બાકેરી**—ટોનીક છે. ગરમ દૂધ સાથે લેવાથી લોહી વધે. ખરી કેનસર પ્રયાગીરી કંઠમાળ સડેલાં નખ મલોઠામાં પ્રમેદ ચાંદો ચુમડાં લમદર મટાડુ છે.

# લાટીન શબ્દોની સમજ

<i>Abies Webbinia</i>	તાલીસાવ	<i>Boerhavia Diffusa</i>	સાટેડી
<i>Abricus Precatorius</i>	અબ્રીકી	<i>Bomax Malabaricum</i>	મોયરસ
<i>Accacia catechu</i>	કાચી	<i>Butea Frondosa</i>	બાબર
<i>Acalypha Indica</i>	એકાલી	<i>Carum Carus</i>	કારમ
<i>Achyranthus Aspera</i>	અચાનથ	<i>Carophyllus Aromaticus</i>	કરોફિલ
<i>Aconitum Ferox</i>	વજનાગ		
<i>Aconitum Heterophyllum</i>	અતિરિષ	<i>Cassia Tora</i>	કુનાડીયે
<i>Adhatoda</i>	અરદુસી	<i>Cedrus Deadara</i>	દેવદાર
<i>Aegle Marmelos</i>	બીલી	<i>Cinnamon Tamala</i>	તેજપત્ર
<i>Allium Ceba</i>	કાંદો	<i>Cinnamon Zealanica</i>	તજ
<i>Allium Sativum</i>	લસન	<i>Cissampelos Pareira</i>	પહાડમુળ
<i>Aloe Barbadensis</i>	એલીયો	<i>Citrullus Coloneynthus</i>	કન્ડાવરણી
<i>Andrographis Paniculata</i>	અંદ્રોગ્રાફિસ	<i>Croton</i>	ક્રોટન
<i>Andropogon Muricatus</i>	વાળો	<i>Cynoden Daetylon</i>	કુરવા
<i>Argyreia Speciosa</i>	વરધારો	<i>Cyperus Rotundus</i>	નાગરમેથ
<i>Aristolochia Indica</i>	અસ્તરમુળ	<i>Embelia Ribes</i>	વાવડીંગ
<i>Asparagas Racemosus</i>	સતાવલી	<i>Feronica Elephantum</i>	ફેરોનિકા
<i>Balsam Odendron Mukul</i>	ગુજળ	<i>Ferula Foetida</i>	ફેરુલા
<i>Berberis Asiatica</i>	બરબરિસ	<i>Ficus Glomerata</i>	ઉંમબર
		<i>Gloriosa Superba</i>	કીલીદારી
		<i>Gmelina Arborea</i>	શીવથુ
		<i>Gymnema Sylvertris</i>	ગેંદસિંગ

Gynocardia Odorata	ચાલમુથરા	Papaver Somniferum	અરીજી
Hemidesmus Indicus	અનંતમુળ	Phyllanthus Embelica	આમલા
Herpestis Monniera	બ્રહ્મી	Picrorhiza Karooda	કુટકી
Hollarhena Antidysenterica	હનદરજવ	Piper Betul	પાન
Hygrophilla Spinosa	એબરો	Piper Cubeb	ચીનીકબાલા
Ipomea Itederacea	કાલાકાના	Piper Longum	પીપર
Ipomea Turpethum	નસેતર	Piper Nigrum	મરી
Mallotus Philippinensis	કપીલો	Plantago Isaphgool	હમબેગુલ
Moringa Peterygosperma	સરખેલ	Plumbago Zeylanica	ચિત્રક
Mecuna Pruriens	વાનરી	Pongamia Glabra	કરંજ
Mura Paradisiaea	ફળ	Prenna Integrifolia	મેટી અરણી
Myrica Sapida	કામફળ	Psoralia Corylifolia	બાલચી
Nardostachis Jatamasi	બાજાજી	Ptychotis Ajwan	બબમે
Nyctanthes Hubertristis	દરસીંગાર	Rauda Dumetorum	મીંદલ
Ocimum Basilicum	સબળે	Rauwolfia	સપંખા
Ocimum Sanctum	તુલસી	Rhus Succedania	કાકડાસીંગ
Oldenladia Corymbosa	ખેતપાપરા	Ricinus Communis	એરંડ
Oxalis Corniculata	ચગિરી	Sacharum Officinarum	ચેરસી
Parderia Faetida	પ્રસરણી	Saraca Indica	અરોક
		Santalum Album	ચંદન
		Scindapris Off	ગજપીપલી
		Semocarpus Anacardium	શીલામ
		Sesamum Indicum	તલ
		Sida Cordifolia	બલા

<i>Smilax Glabra</i>	એપચીની	<i>Ipomoea Digitata</i>	વિઘરી
<i>Solanum Xanthocarpum</i>	કંટકારી	<i>Pruraria Tuberosa</i>	વિઘરી
<i>Strychnos Nux</i>	કુચિયા	<i>Crataeva Religiosa</i>	વરણ
<i>Strychnos Potatorum</i>	નીરમલી	<i>Desmodium Gangenticum</i>	ચાલપરણી
<i>Symplocos Racemosa</i>	લેધર	<i>Convolvulus Mycophyllus</i>	શંખાવલી
<i>Tamarindus Indica</i>	આમલી	<i>Tephrosia Purpurea</i>	શરપંખા
<i>Terminalia Arjuna</i>	અરજુન	<i>Albizzia Lebbek</i>	રીરસ
<i>Terminalia Balerica</i>	બહેડા	<i>Texas Baocata</i>	નાલીસપત્ર
<i>Terminalia Chebula</i>	હરડે	<i>Melia Azadiracta</i>	લીમડે
<i>Tinospora Cordifolia</i>	ગળા	<i>Alstonia Scholaris</i>	શાલીન
<i>Tribulus Terrestris</i>	ગોખર	<i>Sepia Offi</i>	સમુદ્રીશીશુ
<i>Trichosanthes Dioica</i>	પટોલ	<i>Tecoma Undulata</i>	રોહીડા
<i>Trigonella Foeniculum Groecum</i>	મેથા	<i>Cymbopogon Martini</i>	રોહીયા
<i>Verononia Anthelmintica</i>	કાલીઝરી	<i>Rheum Emodi</i>	રેવંચી
<i>Vitex Negunda</i>	નરેહ	<i>Pterocarpus [Santalinus]</i>	રહેત ચંદન
<i>Vitis Vinifera</i>	દરાખ	<i>Prunus Puddam</i>	પડમક
<i>Wedelia Calendulaca</i>	લાંગેરો	<i>Mirica Nagi</i>	કાચરહ
<i>Withania Somnifera</i>	આસંધ	<i>Saussurea Lappa</i>	કડ
<i>Woodfordia Floribunda</i>	ધાવડી	<i>Mimosa Pudica</i>	સળમણી
<i>Zinziber Offi.</i>	ચક	<i>Messua Ferra</i>	નામકેસર
<i>Hordeum Vulgare</i>	જવ	<i>Sphaeranthus Indicus</i>	ઝેરખમુંડી
<i>Glycerrhiza Glabra</i>	જેડીમધ	<i>Hyposis Ochiodes</i>	મુમરી

Rubia Cordifolia	મહુક	Calotropis Procera	આક
Andropogon Citratus	લીલીઆ	Anacycles Pyrethrem	
Caesalpinia Bonducella	કચકાં		અકકલક
Punica Granatum	દાડમ	Rumex Vesicarius	અમવેત
Pongamia Glabra	કરંજ	Aquillaria Agallocha	અગ
Bauhinia Variegata	કચનાર	Eclipta Alba	ભાંગ



### આંખાની ગોટલીમાં અનાજનો ગુણ.

ઈજીપ્ટ નગરનું સંશોધન—ગ્રીસીન ૧૦, કારથો ૬૦ અને બી-વીટા છે.

ગોટલી—કેરીના ગોટલાં સુકવી તેના આઠામાંથી ચપાટી બનાવો.

ગોટલાનું શાક—ખાંદેલી ગોટલીમાં તેલ લસન નાંખી પકવો.

કેસમિટીક—પીસેલી ગોટલી ચહેરાપર લગાડો. ખીલ અળાઈ ગુમાઈ દુર થશે.

ગળાના દરદો—પીસેલી ગોટલી પાણીમાં ઉકાળી કોમળા કરવાથી ટાનસીલ દાંતમાંથી ઝરવું લોહી, જીભના ઝમરા દુર થશે.

જીપી બીમારીઓ—ઉપલા ઉકાળામાં પુલાવેલી ફટકડી નાંખી પીચકારી બાપે

ચતની—ચંદન સાકર કેરીનો મગજ પીસી ૪ કલાકે ચાટવાથી મરડો અતિશય પીસાબના દરદો અલોપ થશે.

મુખવાસ—ગોટલીને સેકી-ફોડીને જગ્યા પછી ખાવાથી, સોપારી કે અજમા-ખારેક જેવી પાચક તાસીર બતાવશે.

એન્થ્રીકલચર રીસચના ઠાપરેક્ટર—જોરાક જેવાંજ પાચક તત્વો છે.

ધકાનોમીક ગ્રાહકક ઠીક્ષનરી ૧૮૮૯—ચપાટી માટે ગોટલાનો આટો સારો છે.  
 વિમેન્સ ક્રુડ કાઉનસીલ—પ્રમુખ લીલાવતી મુનશી-ગોટલાં સાચવી વાપરવાથી  
 ૧૦ લાખ ટન અનાજની ખાધ પૂરાશે.

વગીકરણ—સાધટ્રીક ગેલીક ટેનીક એસીડો ઉપરાંત રેસા અને સાકર છે.  
 (કુનાની દ્રવ્ય ગુણ નિદાન)

એ. સરજન ખાનરણ ઇટાવા—અચાં ફળ સેકી સાકર સાથે પીવાથી અને  
 તેનો માવો થરીરે ધસવાથી લુની અસર દૂર થાય.

મેજર મુકરણ મદ્રાસ—મરકામાં ગોટલીનો મગજ પાવલીમાર અપાય છે.  
 સરજન નિહાલસિંહ શહરાનપુર—અતિસાર તથા જીના મરકામાં ઉપયોગી છે.  
 ડો. કરક પેટ્રીક—ત્રીસ ઝેનની માત્રામાં આપવાથી કરમ લોહીવા ચૂંક પ્રદર  
 તથા દુઝતા મસામાં કાતીલ અસર થતાવે.

વનસપત્ની સ્પ્ટિ—એમથી તેલ નીકલે તે સંધીવા તથા કમર યગ ઉપર લગ-  
 ગાય છે. ત્રીસ ઝેનના ડોઝમાં ઉત્તરી બપ્ધ કરે, સેકીને ખાવાથી અનાજ પચાવે.

આયર્ લિપક—કોઠણી લોઠા સેકી એનો મગજ ખાય. ચમાર લોઠા ચામડા પર  
 કાળો રંગ ચઢાવવા એનો ઉપયોગ કરે છે. કાચી ફેરી સેકી તેનો માવો ખાંડ  
 સાથે કોસેરામાં અપાય છે. પ્રમાણ ૩૦ ઝેન.

ડો. એનસલી—લીંબુના રસમાં એનું તેલ લગાડવાથી ચામડીના દરદો દૂર થાય.  
 થરવેલું—ગોટલીનો મગજ મરડો—અતિસારમાં વપરાય છે. પાકેલી ફેરી ફરત લાવે.

આયર્ ઓષધ—પાકી ફેરી પેટ સાફ માવે જલ પાન ખીમાં સંક્રાયક અસર  
 છે. માત્રા ૪ વાવ. જમાવર સુર્ષમાં ઝાડો ઘટ્ટ કરવાનો ગુણુ છે. તેમાં  
 આંખાની ગોટલી છે.

ઇડીયન મીડીકલ પનાન્ટસ—ખીજમાં ઉત્તરી તથા મરડો મટાડવાનો ગુણુ છે.  
 હરદવનો દાઝો દૂર કરે. ખીજનું તેલ મોઢાનાં જાલા રૂઝવે છે.



## ટુંઘી માહિતી

**નિષ્કામ કર્મ**—સ્વામી આત્માનંદ કહે—“ભગવાન સેવા ચાહતો નથી; ઉલટા જન્મતની સેવા કરી રહ્યા છે. મનુષ્યે પારબ્રહ્મ અનુસાર જે મળે તેમાં સતોષ રાખી જન્મતની હાથ હાથમાંથી છુટવા પ્રવાસ કરવો. અલખત, ધંધો કરો પણ ખુદમાં મન ભેડીને; જાણે ખુદની જ નોકરી કરતા હો તેમ નિષ્કામ ભાવથી ઉદ્યોગ કરો. મન સંતોષી રહેવાથી હરદમનો આનંદ ચૂંધાતો નથી. પાંચ મુદ્રાને લાખ રૂપીઆની માંમણી કરો છો પણ પ્રભુ તો કર્મ પ્રમાણે ફળ મળે એવી યોજના કરી નિર્લેપ રહે છે. ગીતા કહે છે. “કર્મ” કરી છુટ ને ફળ ધ્યરને સોંપી દે.”

**મુસળી**—કમળામાં બીજેરી રસ સાથે, એનીમીયામાં બ્રસ સાથે, સર્પકેરમાં તાડના મૂળ સાથે, કોઠમાં ઉપલેટ સાથે, લકવામાં અધેડા સાથે, કપાલ રોગમાં ખેરના ઉકાળા સાથે, હરસમાં લસન સાથે, મર્મધારણમાં ચોખાના પાણી સાથે, અંતઃકૃમ્મીમાં કલંબના મૂળ સાથે, સફેદ બાળ બંને કરચલીમાં ફરોના રસ સાથે આપો.

**અમર હુદિયાત**—કેસર કરતુરી, વાવડીંઝ જેઠીમધ, હરડે સોનામખી, છશં સાકર, બંને ચાંદી વરખની મેલેલીક મેલવણી...આ ગોળીઓ મુંબજમાં લોકપ્રીય છે. એનાથી ખાંસી હાંફણ કમજોરી શીકાસ કાઢીસીક દુર થઇ શકિત આવે છે, ઉચ્છેદરાટ કે કબજાયાત કરતી નથી. ઠંડી ગરમી કે વરસાદ ફરેક રૂતમાં હાવડો કરે છે.

**લોહીની તંગી**—લીંવર એક્ષ્ટ્રેક્ટની જરૂર નથી. દૂધ-સાથે સેકેલો કઢ, ભાંગાનો રસ, લીંબુ અથવા પીપર સાથે પીજો. કોઠમીર કે મેથીની ભાજનો રસ, લસનનાં ટીપાં સાથે, કલેજનો સુપ સેકેલાં છરાં સાથે, કારેલાનો રસ કેસર સાથે સવારે, અથવા તાજાં આમલાનો રસ બોજન વ્યાદ એક કપ પીવાથી મોંઘા ફેલીક એસીડનો મુબ્બુ આપશે. ફેફસાનો સુપ પીવાથી ૨૪ કલાકમાં જ ધાવણુ ઉતરશે.

**કોઠમીર—**આખું કામખી દરદ હોય, ફક્ત બીજાની કોઠમીરનાં ટીપાં ટપકાવો, ૨૦ દીનમાં કાપડો. લીંબુ નેટલું લેવી છે. કોઠમીરનો રસ અજમા સાથે પીવાથી લોહીની ગંધા ઉછળવા માંડશે.

**કારેલાં—**લીવર રોગીક છે. સવારે એને રસ કેસર અથવા લીંબુ સાથે પીવાડી, કડવાસ દુર કરવા કળો ખજૂર ચુસવા આપો. કારેલાનો શુક્રા ખાવાથી કે કારેલાનો રસ પીવાથી કામખીટીસમાં અચૂક કાપડો થયે. કરી-માત્રનો ઉકાળો અથવા લીમડાની અંતર હાથ કે મામેજવાનો ઉકાળાથી પશુ સાકરીયા પીસાળના કેસો રક્તઅંધ મટેલાં છે. પહેલાં એવા સાદા અને સરતા ઉપાયો અજમાવી. પછી જ આગળ વધો. પેતાના દેશની છુટ્ટોએ તમને જરૂર સુખી કરશે. માદરાખો ચરક બમવાનું આ વચન છે.

**હનમુલીન—**લીંબુનો રસ. સોદાખાઉકાળ, સદમમનો રસ, કોખીનો રસ, કરીપાત્ર, લીમડો, લીંબોલી નેલ, આખાના પાન, મધુનાશી, ખારામાસી, મામેજીવો, મહાજાગના પાન, જમરજ, સરસંગ, શીશાછત, એળાપો, કાલા તલ, અંબુલના કાંથી, બદામનું તેલ, અંમરાના પાન તથા ઉંખરાના ફળમાં લીવર સુધારવાનો અને સાકર કાપવાનો ગુણ છે.

**માંદાનો ખોરાક—**જૂખા નહીં રહેવાય તો, અગ્નિ તેજ રહે એવો હાલકો ખોરાક આપો... અનેનાસ, પપાઉ-અજમો, ગરમ પાણીમાં લીંબુ, સુકા અંજીરનો ઉકાળો, કાલા ખજૂરનું પાણી, સુકા જરસણુ, કાલી દરાખ, આમલી-લસનની ચતની, આદુ-કુદનાની આદે, આદુ અથવા મધ આપો.

**મવાહી સાર—**પાવન માટે સતારલી, પ્રદર માટે લોધર, કમજવાન માટે ગરમાળો, મમજ માટે પ્લહમી, લીવર માટે કાલમેધ, જલ્દર માટે સ્ટોડી, મલીસારોમ માટે અરોક, નબજાઇ માટે આસંધ, પીસાળના દરદો માટે મળો, રક્તશુદ્ધિ માટે કરીપાત્ર, ઉલટી માટે લીમડો, જતીના દરદો માટે અરકુસી, અતિસાર માટે બેલપુર, દમ માઉટ અને પેન માટે દયમૂળ, ખલી તથા દરદરોનો માટે અરલુન, હરસ તથા મરડો દુર કરવા કુરગી

પ્રદર તથા પ્રમેહ માટે પીપલી, છુર્પા દરદો માટે ગોખર, રૂમેટીઝમ તથા અગ્નિશ્વ માટે સારથાપરીલા, નામરદી માટે ઝમ્બીયાના લીકવીઝ એક્ષ્ટ્રેક્ટ વાપરો. ઝંકુ ફાર્મસીમાં તેમજ મલે છે.

**ચોરા બાળકો—**પંડિત માલવીયા કહે—આવડના પાન માતાને ખવાડો. તે ચોરા બાળકને જન્મ આપશે. ત્રાવણકોરનો તખીમ કહે માતાને કુમળું કોપર બોજન પાડ ખવાડો તે પુત્રસુરત સતાન પેદા થશે એક વિદ્વાન વધિક કહે છે રોજ સવારે માખણ સાથે દૂધ પીવાથી અને દુધ ભાતનું જમન કરી, એક રૂપાળા ફરજંદના ચિત્ર ઉપર નજર રથીર રાખી સમાગમ કરવામાં આવે તો આખા તેજ આકૃતિ મળ્યામાં કાતરાઈ જશે. અને પુરા હ મહીના સુધી જે સાહિત્ય મળ્યાવંતી માતા વાંચશે અને યાનેશ્વર જેવા ધાર્મિક ચિત્રપટો જોશે તો તેજ સંસ્કારોના બીજ નવા બાલકમાં આમેજ થયલાં જોશે. ટુંકમાં, જે આકાર જોશે જે શબ્દો સાંભળશે અને જે મહાન નરોની આત્માકથા વાંચશે તેની નકલ અર્ધ જાગૃત મન આબેહુબ પકડી લઈ, તેવોજ નમુનો તબયાર કરી આપશે. વધુ માટે કરાણી શુકસેલર (કાટ)ની મરજી પ્રમાણેના બાળકો વાંચો. પુત્ર જીવ મુશથી મળવારણ થશે,

**અધાપો—**રક્તદાન ગ્રાહક નેત્રદાન પણ મવા લાગ્યું છે, બેલગામના તખીમ સી, મોઢીએ બે અધિજાને દેખતા કર્યા છે! મરેશા ચખમાંથી તંદુરસ્ત આંખો ઉચકી લઈ ૭૨ કલાક સુધી કોઈ ક્ષારના પ્રવાહીમાં જાળવી રાખવામાં આવે છે. (રેલ કલપતા જુલાઈ ૫૧)

**હીરા—**‘ગરમીકો જીરા, સરદીકો હીરા...’ હીરાની તાસીર ગરમ... આયુષ વધારે, ચેતના લાવે, અગ્નિ દીપાવે, અમૃત જેવી તાસીર, ત્રણ દોષોને દુર કરે, હરવ્યને કોવત આપે, હાલિજી મટાડે, નામરદી જીતે, દુરત પ્રભાવ આપનારી દિવ્ય માત્રા...હીરાને બદલે કેટલાક વૈદો વૈકાન બસ્મ એનો પ્રતિનિધી વાપરે છે. મોતીની છીપ મોતી જેવી ઠંડી તાસીર આપે.

## ઓષધી સંગ્રહ

દીપન પાચન—કીચખીચ, દાડમ, આમલા, લીંબુનો રસ, નારંગી જાલ, પીપર, આદુ, સોદા, ચીનીકપાલા, તાલીસપત્ર, ચીત્રક, કૃષ્ણજન, સુંઠ, મરી, સુવા, વરીયાલી, નાગકેસર.

ખતાશ દુર કરે—જવખાર, સાજખાર, સીંધવ, સંચળ, ટંકનખાર, અપામાર્ગદાર, નવસાર, વરીયાલી, સુનાલું પાણી.

ટોનીક દવા—અંબર, કસ્તુરી, લસન, માલકાંકણાં સુંઠ, લવંગ, તુલસી, ભારંગી, જવંત્રી, જવખાર, અરીઠં, અજમો, કંદિ, પીપર, આદુ, જટામાસી પીપરીમુળ, કરીયાતુ, અરજુન, ગાજર.

દસ્તાન લાવે—હીરાબોલ, સીતાખ, જુષ, એલીચે, ટંકન, નવસાર.

વેણુ લાવનારા—ટંકન, લાંબુલી, તળની ચાહે, ચામતું જાણ.

ઝીણા તાવ—કરીયાતુ, કાયકાં, અરકુસો, કલંબો, કડવીનાઇ.

અતિવિષની કળી, કાલીપાત, ત્રાધમાન, સંત્રાતી જાલ.

કંફ પાતલો કરે—જવખાર, તાલીસપત્ર, જેઠીમધ, તુલસી, બોરીખણી, આંખા દલદર, કાકડસીંગ, વજ.

કંફ શમાવે—તંબાકુ, સીતાખ, મધ, લોખાન (ધુમાડો), વાંસકપૂર, ધતુરો, મનશીલનો ધુમાડો.

કરમ મારે—હિંગ, દાડમ જાલ, કડાજલ, કાકમારી, ગંધક, ઇનદરજવ, કીરમાણી, વજ, અતિવીષણી, કપીલો, કાલીજરી, ડીકામલી, લીમડો, વાવઢોંગ, કાયકાં, ખાખરાના ખી.

સ્થૂંભક દવા—કડાજાલ, દારૂદલદર, બકુળ, ચતાવલી, અરીજુ ઇસખગુલ, કમલકાકડી, નાગકેસર, સાતરીન, સંખજર, રાગ, ફટકડી, જામફલ, કાયો, ચણા, ગોદતી, મોચરસ, જાંબુલ, કેળાં.

હીકો લાવે—તંબાકુ, કાયફલ જાલ, પરમેશનેટ પોટામ, સમુદરફલ, કુકડવેલ, નાક છીકણી,

લોહી મુધારે—જેઢેડાં, સખખના ખી, કપુરકાયલી, સરસડો, ચંદન, એલચી, આમલા, ત્રીફલાં, જોદની, કથો, સારસાપરીલા, દરાખ.

મસા, બાળી નાંખે—સંખ, હરતાલ, ચિત્રક, સરખવો, અકકલકરો, આકડો, રાષ, અગ્નિ, સુરણ, અવેગ દાર, નીમક, પાષકખાર. યુનો.

સોજા ડિતારે—અરણી, આવલ, કડવીનધ, કાલીપાટ, કીડામરી, હસમુળ, સાટોડી, ઝેરકાયલું, કાલીજીરી, નજોડ, લીમડો, નામકમણી.

વિયં વધારે—સાલમ, સતાવલી, વાંસકપુર, વિદારીકંદ, વરધારો, મુસલી, દુધ-ધી, કસ્તુરી, ચાં, એખરો, ઉટકંથો, આસંધ, અખરોડ.

પિત શામક—નારંગી, ખીજોર, ધાના, મલો, ખડસલીયો, ઠાકળું, લીંબુ, લીમડો, ભાંજરો, મજક, દરાખ, ચોલાઇલાજી, આમલી, આમલા.

નીંદા લાવે—ખુરાસો, ધીરમાણી, ધતુરો, ભાંગ, અરીણ, પીપરીમુળ.

પૌષ્ટીક દવા—પારો, સાતવીન, લીમડો, અરજુન, મલો, આમલા, રગતરોહીડો, ગોલાખ, ઉપલેટ, દુધ, સાલમ, વીંદારી, મેથી, વરધારો, મહુંડા, બદામ, આસંધ, કૈઆં, અસેલીયો, શીલાજીત, અઝ, ભાંજરો.

પીસાળ લાવે—દંકન, સુરોખાર, કાકડી ખી, તલ, નાલીયેર, નીરમલી, વરણો, સરખવો, સાટોડી. જવખાર, ચીનીકખાલા, પાષાણુબેદ, સતાવલી, ગોખર, એખરો, વિદારીકંદ, ખરજુચી, કળથી, લાંપડીના ખી.

હસ્ત લાવે—તેપાલો, રેવંચી, નસોતર, ગોલાખ ધુલ, ગરણી, કપીલો, એલીયો, એરંડો, ઈંદ્રાયણ, હરડે, સોનામખી, સંખાવલી, મરી, દરાખ, ચોલાઇ, તલ, મંધક, નીમક, આમલી, આમલા, કકું, કરીપાટ.

ધા રૂઝવે—મધ, કથો, કપીલો, સીંદુર આંખાહલહર, દંકન, ખોદાર, જસત, નેર, ખાપરીયું, હલક, એરંડયું, સંખજીરું, લીમડો.

ઉલટી લાવે—વજ, નીરમલી, આકડો, અરીડાં, નીમક, રાષ, મીંદલ.

મગજ મુધારે—કોચાં, વજ, લસન, વજનાગ, રાસ્ના, બીલામાં, પીપરીમુળ, ગુગળ, ખીરબેટી, ઉપલેટ આહમી, બદામ, સંખાવલી.

પરસેવો લાવે—સુરો, અરીણ, આકડો, કપુર, નામરમોથ, માલકાંકણી.

રનાયુ હીલા કરે—હીંગ, કસ્તૂરી, ધતુરો, તખ્તાકું, જાંઘાસી, કપુર, ખુરાસો, કીરમાણી, અરીણુ, જવખાર, અજમો.

વાઝહુર —તીમક, અજમો, વજ, મેથી, લસન, વાવડીંગ, સુવા, તાલીસખત્ર, વાપુખા, સુચ, વછનામ, કાંદો, આકડો.

વાતહુર હવા—આદુ, પીપર, લવંગ, સુચ, હિંગ, સાજખાર, કુલીજન, લવંગ, નગોડ, કાષ્ઠલ, એરડો.



## તેલની તાસીર

તેલનું તેલ—હાલ દાઢ માથેને વાયુપિડા પર લગાડો. પ્રભાવિત છે. બે ટીપાં પીવાથી પેટનું દરદ મટે. લગાડવાથી બામનું કામ આવે. ધી કરતાં અડીયાતું ? બાખ, કાન, હાંત, નાક, રનાયુ, હાડકાં અને બાલો માટે ઉત્તમ, બોબનમાં બારોબાર નાખી જમવાથી વજન વધે, રાને પીવાથી સવારે પેટ સાદુ આવે. આખાદ ઓલીવ ઓઇલનો જ શુભ હોવાનું અંગ્રેજી કારમાકોપીયા જણાવે છે. એમાં કેસીરીયમ છે. બાક કાળા કરવા કાળા તલ બપોરે રાતે ચાવો. બહામ તેલ જેવી તાસીર છે. સરખાવો.

કપુર—વેદના નાસક અલસી કે માલકાંકણી તેલમાં સંધીવા પર લગાડો.

માલકાંકણી તેલ—દુધમાં પીવાથી માદદાસ્ત વધે. લવંગ, કપુર, ધતુરાના બી સાથે ઘસવાથી લકવો મટે. પીવાથી કરમ કોલેરા વાધ ચક્રકરમ્મ મડિપણુ ટેટામાં આકડાં નખગાઇ મટે.

લવંગનું તેલ—લવંગમાં કુદરતી કોફેન છે. હાતિની કોતરમાં, દાંડોની ખાંચામાં લગાડો. પાનમાં ખીરભુટી સાથે ખવાડો.

યુકેલીપટસ તેલ—દક્ષીણ હિંદમાંથી આવે. નીલગીરી તેલ કહે. કોલેરા, ટાઇફોઇડ, સરદી કળતર કમર વાયુપિડામાં અત્યુક તાસીર આવે.

પકબિદુ તેલ—એમાં બગિરાનો રસ છે. નાક કાન, બેગનના દરદોમાં શુભકારી.

કાસિસાદિ તેલ—એમાં હીરાકચી છે. હગસ, લમ્બદર, હરનીયા નાકની પુલેલી દાઝીમાં લમ્બડો

જાત્યાદિ તેલ—એમાં ચંબેલીનો રસ છે. ધા ચાંદી, નાસુર, પાઈ, નાડીવણ, કાનમાં પર, ખરડામાં ધારા, પગોમાં ચીરા રાખે.

લાક્ષાદિ તેલ—એમાં લાખ છે ખરી, તાવ, રીંદટ, લગિલા દાઝકાપર કામચાખ છે.

વિપઘ્ન તેલ—ગર્ભવતીને માલીશ કરવાથી ગર્ભ પુષ્ટ થાય, વછનામ વજ ચિત્રક આકડો, નગોડ, ધતુરાના પી અને કરેણ છે. કાનમાં નાખવાથી જણકારા ખંધ પડે. સંધીવા લકવો દુધારે. સોજો ઉતારે.

લીંબોડી તેલ—જી, લીંબ, મસા, પાઈ, પીનસ, ખોરો, દાંત, નાક, આંટણ, કાનના દરદોમાં કારભોલીક જોઈલ જેવોજ ગુણ પતાવે.

કરંજનું તેલ—આજે ધણું સરતું મલે છે. ૧૪ રૂપીએ મળીને ભાવ છે. કપુર સાથે મેલવી લગાડો. પીણું મીણુ સાથે પીગલાવવાથી મલમ ખને. ખસ ખુજલીનો ખરો ખાત્રીનો ઇલાજ. કરંજ પી ખાજો ખરજવા મટે.

ધીરિમેદાદિ—જીભના કેનસર, હોઠના રોગો અને દાંત મસોડાના દરદો દુર કરે.

કામ સંજીવની તેલ—કરતુરી ખીરખહોતી અકકલમરો મુરદાલ ખનેલી નસોને નવી ચકિત ચેતન અને જગૃતી આપે.

ફમેટીક આઈલિ—સરસ્યા તેલમાં પીપર લસન અજમે ઉકાળી ઠંડુ પડે તે કપુર મેલવી લગાડો. ચોક્કસ ફાયદો. સરસ્યા તેલમાં કપુર લગાડો.

એકઝીમાલ તેલ—કરંજનું તેલ મીણુ કપુર મોરચુ કાષ્ઠસોફેનીક સેલીસીલીકલી...લાં સુકાં જીનાં ખરજવાં દાદર. દરાજ. ગળકણું. ચંકરડાં. ઉઝરડાં નાશુદ કરે.

ગંધકનું તેલ—લીંબોડીના તેલમાં કપુર ગંધક વેસલીન મેલવો ચામડીના દરેક દરદોમાં માલીશ કરો.

દાઝેલાનું તેલ—કપુર, વેસલીન ખોરીક કલાઇ સફેદો, ઠાપરેલમાં મેલવો અથવા એરંડાના તેલમાં રાગનું ઉકાળેલું પાણી મેલવી શીણા.

નવું ફેસીંગ તેલ—મરી, કપુર, સીપીચંદ સફેદ, ચંખચંદ. કાથો, લીખેલી તેલ અને કરંજનું તેલ... પાકી, મુમકાં, એપી ચકા. ૨૪ કલાકમાં જ સુકાય.

પેટન્ટ સ્પેનીશ તેલ—અલસીના તેલમાં ફક્ત કલાક સફેદો મેલવો. આ તેલ મસાપર લગાડવાથી ૪ દીવસમાં જ ચમત્કાર બતાવે. એવો સ્પેનીશ શોષકનો દાવો છે.

ભાંગરાનું તેલ—નિશાનો લુકો, લોહાનો લુકો, કપુરી મધુરી ૧-૧ તલનું તેલ ૪, ભાંગરાનો તાજો રસ ૧૬ ભાગ મેલવી ઉકાળી ફક્ત તેલ રહે ત્યારે ઉતારી વાપરો. બાલ માટે આ તેલ સર્વોત્તમ છે. ઘેળા કાળા થાય. ખરતા બનકે. નવા ઉઘાડે. આંખોને રોચની અને ઝમકે બાપે. સવારે ભાંગરાનો રસ પીવાથી નવું લેહી આવશે. નરી જવાનીનો રંગ ખીલવા માંડશે. સાત ધાતુઓની પેદાયશ ફરીથી શરૂ થશે. નિશ્ચયીને નવું ચેતન આપી ચમકાવશે. મીઠાનું આનંદી બનાવશે. કીયા કસેલુ અને આખો શરીર નવોજ લેખાશ પકડશે, એટલેજ ગુણ લીમડાના કરાં પાન સવારે ચાવીને મેગવી તોકા છે.

એમ્બ્રોક્શન ઓઈલ—સરકામાં આખું ઇકું કુખાડી પોચું થવે છુટીને તેમાં ટરપેનટીન મેલવો આખાદ ગુણ આપશે.

હિન્દવાદિ તેલ—બહેરાને સાંભળતો કરવા પશિમના ધુરંધરો અનીખના તારા તોડે... આઈવેંદ ૨૬૦૦ વર્ષથી પોકારીને કહે, બહેરા માટે હિન્દવાદિ તેલ. કુમળા બેલ ફળમાંથી બને છે. ધીરજ અને ચિવટપુર્વક વાપરવાથી બહુ બનેલા કાનના પરકાઓ પાનતા સુક્ષ્મ અને જાગૃત બનાવશે.

એરંઠનું તેલ—ફક્ત સફરામાં પીચકારી લેવાથી વધરાવલ દરનીપા લકવો મટે.

માહાનારાયણ તેલ—પીવા વગાડવાથી ગૃધરસી સધીવા ચસકા કપવા માડપણ ૮૦ વાણુરેળો મટે નાકમાં નાંખવાથી એડીનેહાસ (મસા) મટે. ગેળીપર ગરમ ફરી ઘસવાથી વધરાવલ મટે. પીવાથી કસુવાત બટો.



વાંઝણીને ત્યાં પારણા બંધાવે. પૌંડીક આયુષવર્ધકે, પ્રજા જીવાડનારૂં અને ગર્ભાશયની તમામ ફરીવારો નિરમુગ્ધ કરનારૂં મદદા રસાયન છે. અશોક-ચિરંજી સાથે પીવાયે.

અંદનાદિ તેલ—લાખ અગર લવંગ કેસર ચંદન ગરમ તલીયાં બેળના રોગો નરોરી, પીસાખમાં ગરમી દૂર કરે.

અપામાર્ગ તેલ—જવખાર ત્રિકટુ દિગ વાવડીંગ અપામાર્ગના બી આધાથીથી ચોકકસ મટાડે. માયાના તથા કાનના દરદોમાં ફાયદો આપે.

કનક તેલ—ધતુસ પાનનો રસ. જેડીમધ, ચંદન, ચામડીના દરદોમાં અત્રોક્તિ ગુણ આપે.

આમલા તેલ—નાક, કાન, ગળા, માયાના દરદોમાં મુશ્કેલ છે. અત્યંત ઠંડું હોવાથી પિત અને ગરમ દેહ માટે સારૂં.

ચાસ મોગરા તેલ—કલકતાથી આવે કાદ મટાડે. બાવચી, લીમડો, હડવી કવક, મલીને ત્રણ જાતનું તેવ મેલવી લગાડવાથી પશુ કાદ મટે. હાગરા હાડવા મડિતો બંધ કરીને ફક્ત માખણ લગાડવાથી ચામડીનો રંગ અસલ થશે.

અંબરોટનું તેલ—અનેક દ્રાધકુટ રોગોમાંથી તાપવાર મહે. કેસર કુપુર સાથે લગાડવાથી લકવાના બચ્ચા કેસો મુકયા છે. મગજ ખવાડે.

બદામનું તેલ—નખખાઈ કમજોરી દૂર કરે. ગરમ દૂધ સાથે બેવડે ગુણ આપે. બીસો ઝાંડો બંધાવે આવે. કબજીયાત તોડે. સ્નાયુ, સમૃતિ, શક્તિ વધે... પીવામાં અત્યંત ગુણકારી. ગાંડપણ મટાડે. સીંગદાણાનું તેલ કે અલસીનું તેલ ઘસવાથી બદામના તેલ કરતાં વધુ ફાયદો આપે... ચારોલીનું તેલ બદામ કરતાં કાંઈક ઠંડું વધુ ગુણકારી અને સસ્તું છે. ગરીબોની બદામ તે મગફળી. કાળા ખજૂરનું પાણી સવારે પીવાથી તેટલેજ ગુણ મહે.

સરસ્યું તેલ—કાનની, નાકની, અને આંટણની દવા. માથે લગાડવાથી સરદી તુટે. એ તેલમાં વેગણા બાજી તરકારી પકાવી ખાવાથી સંધીવા આયરાઈટીસ કમરના અનેક દરદો દૂર થાય.

ખાતમાં નવું મથનું ધી ઉત્તમ ! સમગ્રમાં જીવનું ધી અકીર છે. સો વખત ધોયનું ધી ખરણીમાં ભરી રાખે. અમૃતનું કામ કરશે પોને માંસ રસ હોવાથી જખમની બે કીનારીઓ જોડી આપશે. ઉંડા જખમને માંસથી ભરી રૂઝી નાખશે. ધીમાં જીવતા કોષો હોવાથી, જખમના કોષોની મલમપટાથી વધું ઝડપી અસર કરી, ડાઘ-કુધ કે નીચાની-પણ રહેવા નહીં દે. પાણી સામે તોખી પણ થવા જ નહીં દે. ખરજવા દાહ માથાની પીડનો નાશ કરી દેડક આપે. એવી ખુબી ધીની છે... ધી અમૃત છે ત્યારે આયોડીન એર છે. હવે મુકામનો વચો. ટીક્યર અયોડીન સમુદના ઉંડ માંથી પેદા થાય. દાહક છે કીનારી જોડવા દેડું નથી. ૩૦ દીવસે મણુધા રૂઝાનો નથી. મરેલા કોષો છે. ડાઘ પાડે છે. વાણુનો પ્રવેશ એનાથી અટકતો નથી પાણી સામતાં પાણી જઈ જખમ તોડી નાખે મર્યા સગાડમાં હોય નેમ અચરાવે. ખામકો રડ પાડે... સૌ દક્ષ પરીત્ર માયનું ધી નાખા તમનું એખખું તેજ નવજીવન કાર્યાલયમાં મલસે.

માથું દુઃખે તો લમણાપર ધી પચાવો. હીરડીરીયાનો હુમલો થાય તો રોજ ૩ વખત જીવનું ધી તાલી નાકમાં ટપકાવે.

છુલાવોઃ દૂર કરવા તાલક-કમળા પર ધી લગી રચાવે. એક સર્વોત્તમ એન્ટોનીક છે.

આંખોની ઝાંખ એજ ઉવાયથી અસોપ થસે.

ખડીનો પરાજમ દરમ માખણ ખાડ સોનાનો વરખ ચટાડે. (વેદ સદાયીવ) ખરજવા તથા હરસખીય જીવા એક રતી મોરચુપુ, રસકપુર કે દારૂડીનું દૂધ મેગવી લગાડો.

મહીલા રોગોની અકીર દવા, અસોકનું ધી... પ્રદર સ્વારોગ મર્માયનો વિકાર દૂર કરે છે.

અંકિત લાવવા, કુખળા સરીશને કુંજા જેવાં બનાવવા, ખાંડ ધી સાથે તરેતો અડદનો આતો ખાખે.

તાજ સખાવલી કે આદમીનો રસ (અથવા ચુર્ણ) માખણમાં ચાટવાથી પાદ્માસ્ત ધુમ વધશે.

વાહ હીરડીરીયા, છુલાવો, મરતક પિંડા માંડપણ મદાત દરમ 'આદમીનું' ધી તમવાર વાપરે.

બાળક જીવતા નહીં હોય કે ચતાજ નહીં હોય તે બાળગોઝ સતાવવીના રસમાંથી બનેલું ફળધરીત વાપરવું આ ઘીથી અવાજ જલદી ખુલે.

હીટેમગેંટ ઝોફ રેતીના અથવા અખિનો પડેલાં તુટી ગયેલાં હોય તે ફરીયાદ દૂર કરવા રોજ બે વખત ત્રિફળા ઘી ચાટે. એમાં અરકુસી, બાંમરો ત્રિફળા અને ઘી છે. કસોટી કરેલી છે.

હીરદીરીયા તથા બાંધ પડેલો આસીક ધમને ફરીથી ચાપુ કરવા લસુનાદિ ઘી માપરો. એમાં હિંમ દરડે સુંકે મરી પીપર ઘી લસન છે.

ભગંદર ચાંદી સડેલા પ્રજુ દૂર કરવા જાત્યાદિ ઘી વાપરો.

પીનસ રોગ અતે નાકની પિડા મટાડવા ઘીમાં કપુર નરસોરીમાં લગાડો.

વાયુના રોગો દૂર કરવા હિંગવાદી ઘી વાપરો.

ઉતરી ગયેલાં ભાગો અસલ જગામાં ચઢાવી લેવા, સંગ્રહણી રોગમાં આંતરડાંને મજબુતી આપવા, ચાગોરી ઘી વાપરો. એમાં જાખર ખીલીશાન ઇચ્છક પીપલીમુળ અબમો ઘી અને ખતુમરાની ભાજી છે.

નામરહી દૂર કરવા માખણ સાથે કાળો ખજૂર ખાજો

વજન વધારવા માટે અશ્વત્થા ઘી વાપરો. એમાં આશ્વ નેહીમધ વિદારીકંદ કાષી દરાખ અને ઘી છે. કામદેવ ઘી પૌષ્ટિક છે.

વિચ્છુ ડાંખ પર ખાર માખણ લગાડો.

સાંપડું ઝેર ઉતારવા, ઉપરા-ઉપર ઘી પીવાડી ઉઘટી કરાવો.

અધીશુક્રું વિષ ઉતારવા દુધ સાથે ઘી પીવાડો.

પાંડુ રોગ કમયો દૂર કરવા ઘી સાથે ખારેક બદામ એલચી ઘુંટી ચટાડે સરસો બદામપાક બનાવવા ખાંડ ઘી એલચી બદામનો ખેસ અને નળખજારનો સરસો માવો મેળવો.

હરસ લોહીવાનો નાશ કરવા માખણ ખાંડ સાથે ન મકેસર (કે એલચી) ચટાડો.

હરદય રોગમાં માખણ ખાંડ સાથે અરજુન કે કાચનાર ખાજનો ઉકાળો આપાય છે.

આસરોગીની જાતી પર અને ગર્ભા પર ઘી-મરી લસવાથી બળગમ છુટી આરામ થશે.

# *K. Wadia*

for pure

# DIAMONDS

GRANT RD., BOMBAY. PH. 71483

અહમુય આંખોની તમોને દરકારજ હોય  
તો તમારા આંખના ડોક્ટરના પ્રીસ્ક્રીપ્શન મુજબ નાજ

## ચ શ મી

ખનાવવા જાણીતી કૃમ્મનજ આપો.

મગિા તેવા ચેબલ્સ અને દ્રેમોનો ખમારી પાસે પુરતો જથ્થો રહે છે.



હા તી મ બ્ર ધ સ્,

હોલસેલ અને રીટેલ ચશમાના વેચારો

૪૩, અબદુલ રહેમાન સ્ટ્રીટ, મુંબઈ ૩.



આયુર્વેદીય ડારખાનાદારોને માટે અને

વૈદ્યોને માટે આવશ્યક ઔષધિઓ અને દ્રવ્યો

દુર્મિળ અસલ અષ્ટવર્ગ, કેસર, સર્વે પ્રકારની કાષ્ઠૌષધિ  
કસ્તુરી, અખર, મૌકિતક (મોતીની ખાક) શૌકિતક,  
શંખ શુદ્ધ શિલાજીત, સુવર્ણમાક્ષિક, ગોરોચન, પ્રવાલ,  
પારદ, ગંધક, આદિ સર્વે પ્રકારનાં ખનિજ અને  
વનૌષધિ દ્રવ્યો છુટક અને જથાબધ પુરાં પાડીશું.



અસલ અને ખાતરીપદ માલ એ જ અમારું વૈશિષ્ટ્ય છે



વધુ માહિતી માટે સાપ્તાહિક દરોજનું મુદ્રિત પ્રતક મંગાવી લો



શા. જાદવજી લલ્લુભાઈ એન્ડ કું.

ધમપોરટર—એક્ષપોટર

૨૪૫, કાલખાદેવી રોડ, મુંબઈ ૨.

ટેલીફોન નં. ૩૧૭૯૬૬.

તારનું સિરનામું AYURVEDA

પ્રબળ



પુરાવો !

★ ઉંઘ સારી આવે છે બાલ ખરતા બટકયા છે મગજમાં ઠંઠક રહે છે રામતીય' બાદમાં તેનની અ ખુબી છે.

—શ્રીમતિ મુક્તા બહેન મ. પરિખ મુંબઈ ર.

★ રામતીય' બાદમાં તેજ પ્રજ્ઞ પ્રેરિત બજાય છે. માયાને બોડો બટકયો છે. માયાનું દરદ ચમત્ક્રિ રીતે અતોપ થયુ છે.

—શ્રીમતિ શાંતાબેન આર. શાહ

પરિચારિકા જામનગર (સૌરાષ્ટ્ર)

★ મારા બાલ રામતીય' બાદમાં તેજથી મુદર અને બરાડિદાર બન્યા છે. લખાણોની દરિદ્રાઈમાં કુશળતા વધી છે. અપ-સપ વેનમાં રટુડીઓ મેટા પ્રાઇઝ વિજેટ વીઝેર કમ્પોઝિશન હરામો મેળવ્યા છે. બધા પ્રતાપ મને રામતીય' બાદમાં તેલના લાગે છે

—પેસી નેલમુલરપ હી માલુક મુંબઈ-૭

★ હું અને મારી બગવત્સી પંદર સાલમાં મયાના દરદથી કંઠાસીયા દતા. માયાના બાલો સફલ થતા મયા. પચીસ વિવિધ તેના વાપરી નાખ્યા, પણ રામતીય'ની ક્ષત તથા બાદથીઓએ બાલ કાળા કરી, માયાની ખીડ કાચમની દુર કરી નાખી છે. રામતીય' બાદમાં તેમને ઉપયોગ આપુજુ છે. મીચોને લવામણ કરે છે.

—ગોફસર મહમદ ઠાકિયાવાડી બરોડા

★ રામતીય' બાદમાં તેજથી મગજનો તપારો, ઝીણું તાવ, બલપ્રેસર મટ્યો છે. વકતાઓ, લેખો, મગજમાંની કરનારાઓને વાપરવા ખાસ જલામણ છે.

—ડો. સુભાગચંદ બાવીસી, મેડિકલ એડવાઈઝર જામનગર

યુનાની-આયુર્વેદ બુદ્ધિઓ સાચી ખરીદવાનું ખાત્રીનું  
નુસ્ખા પ્રમાણે દવા ચોકસાઈથી બનાવી આપશું

લીંબોલી તેલ-દરોજીયર સિંધવ સાથે, કાળા કાઠા ઉપર સુરેખાર સાથે,  
શીળસ ઉપર કપુર સાથે, આંટણુ ઉંચકે કપુર સાથે લકવો-ગઉંટ ઉપર  
એરંડયા સાથે, કાનમાં મન અથવા સમુદ્રીણ સાથે, કોદમાં માનકાંકળી  
તેલ સાથે માત્રીસ કરો. આખમાં લીંબોલી તેલ આંજો રતાવો. મટશે.  
મધ સાથે ૩૦ દીપાં પીને ઉપર લવજ ખવાડો-આસ રોમ જશે દુધ  
સાથે પીવાયા ખાંડી અને કાયામીટીસ મટે એના ડોઝના કરવાથી પાપેરીયા  
મટે. નાખમાં લગાડવાયા સાંઘનસ મટયાં જ્યારે કદોળની લગાડવાની દવામાં  
સિંધવ સાથે લીંબોલી તેલ છે. સમુદ્રથીણ સાથે પીવાથી ફનસરની આમ  
તથા સોમળાનું એર દુર થશે ખાંડ સાથે પીવાથી અને લગાડવાથી આયગાંડીસ  
રતવા ખીલ આંડી મટશે કાનમાં ટપકવવાથી ચિરપિઝ, લોહી દબાવ  
ઉતરશે. મેજર રપેનસર સીરીલીસમાં વાપરે છે. માત્રીસથી તાવ, કોલેરા  
અને જી મટે

બાલકકુ-તમામ રોગોની એકજ દવા. તાવ ખાંસી ઉંઝડી ઝાડો ખાંધ કરે  
ડસીંગ એાઈલ-ગુમમાં પાંદાં લગાડર જખમ હરસ આમડીના દરો દૂર કરે.  
કાસમાલ દરેક પ્રકારની ખાંસી દૂર કરે.

રોનક-નાગકેશર વાવડીંગ તજ એલચી અરકુસી મકોય ખાંડાની ખાત્રી દવા.  
શાહુલા-ગમધારણ માટેની હિતમ દવા...ગર્ભાશય સુધારે.

વજન વધારે-એપમીની પાપાલુમેદ મજાક વાંકેરીને જુકો.

લોખાનતો હરિક-જાયાસા નાગરમેય પુષ્કરમુજ વાળો કપુરકાયલી  
કાયામીટીસ ચુલ્હ-સપતરંગી, મામેજવો, જાંબુલના જી, લીમડો, પીપર.  
કરંચી-આફ્રીકા માટે એજટો જોષએ છે.

અલીમ ફાર્મસી

કારખાનું, અમાસી વાપા વિશર  
ફુકાનું ૩૪૬ પાવધુની

# હામ્યોપથી-બાયોકેમીક દવાઓ અને કિતાબો

ટાઇફોઇડીન—ડૉ. જોન કલાકે ભલામણ કરે... વીકમાં બે વખત  
આપવાથી ભવંર રોગ અટકાવે જ, ટાઇફોઇડ રોગનારી દવા.

પોકસીન—વેક્સીનેશનમાંથી મકિત અપાવનારી, થીતજા માતાની બદબૂત  
દવા વીકમાં બે ડોઝ આપવાથી ધણેજ આરામ મમે છે.

બુપીગ કફ—ધપીકા મેનફેસ્ટ ગ્રૂસેરા કપરમ વીગેરે.... દરદીને જલદી  
રાહત આપે છે. હકખી ખાંસી મટે

એમબ્રોસીયા—આયોનીયા, આન્ડેલીયા, કસટાનીયા, ડોસેરા ધપીકા,  
જસદીસીયાની મેલવણી... જાતી તથા ફેફસાના દરદો માટે  
અકથીર છે.

સેનોથસ અમેરીકાના—લીવર તથા સ્પષ્ટીન મેટી થઇ હોય ત્યારે  
અચૂક તાર્કર બતાવે.

આફીકા—આરનીકા આઠમી અને બીજી છુટ્ટીઓ... અકાળે સફેદ ચતા  
અને ખરતા વાળ અટકાવનારો હેર ટોનીક.

સી. સી. હાર્ટ ટોનીક—જીરની કમજોરી, ધવકાસ, અનિયમિત  
હોઝા દૂર કરી હાથને નિવત આપે.

એવના સાઈના—ગાતતંત્રના હોરકા મજબૂત બનાવે નસોની કમજોરી  
જીતે. ચિતા, ઝુનિંકા, નાસીયાસી દુર કરે.

બાયોકેમીક કોમ્બીનેશન 'ઈ' ટેબ્લેટ—પાંચ ફેસની મેલવણી નરવ  
અને ઊંચ ટોનીક.

ઉપરાંત નેચર ક્યોર, હાઇડ્રોથીરેપી કોમ્પોઝીના  
યુસ્તકો તૈયાર મલશે.

બાયોકેમીસ્ટ્રીની ખાર દવાનું પામફલેટ ગ્રુહત મંગાવો.

## રોચ ફાંં

૧૭૬ પ્રીન્સેસ સ્ટ્રીટ મુંબઈ-૨  
ટેલીફોન-૨૮૫૦૪; ટેલીગ્રામ-હામ્યોપથી  
સ્થાપના ૧૮૮૬



સોનાના સીકકા જેવી સચોટ બનાવશે !

અલસ્ટો પીલ્સ—કુચના કુટકી કાલમેષ સાનવીનમાંથી બનેલી છે, મેસેરીયા અને બીજા તાવો & ગોલીથી છતારે. કવિનાઇનથી સરસ ગુચ્યું

મુંદરી સંજીવનની—પીપર સતાવથી કમળ અરકુસી લોધર અશોક વિહારી નાગકેશર બનકામાં ધાવડી ગુવાખ આસપ્થ મજીક નામરમોથ ત્રીઓના તમામ રોગો પ્રદર રૂપદેષ દૂર કરે...રતલનો પાટલો રૂ. ૬ છે.

અમીરી છવન—આસપ્થ સતાવથી વિહારીકંદ વાંસકપુર, અકકલકરો મુસલી, સાલમ, કેસર, બંગ, અમ્મક, પ્રવાળ, આમલા છે...લોહીમાં સકિત વજન વધાવનારો પાક રતલના રૂ. ૬

ઈસબગુલની છુસી—મરડો અતિસાર દરસ કબજીયાન લોહીનું દવાથુ પીસાખના દરદો મટાડે...કીમત રૂ. ૧૧

અ-ગોનો કેપસુલ—બમ, સુવર્ણ માક્ષિક, જસત, મજો ગોખડ આમલા છે...પ્રદર પ્રોસ્ટેટ પીસાખના દરદો નામરદી કાયાખીટીક મટાડે. સરજરી અને ઇન્ફેક્શનોથી બચાવનારી રામબાણુ મેલવણી...કીમત ૩૧

બી. અમૃતલાલ કું., ૩૦૫, કાલપાદેવી, મુંબઈ ૨.

## એક વર્ષમાં બેકલાસ

અદવાનો કીમતી લલ ૪૧ વર્ષના લોકપ્રીય “ગોળજલા કલાસો” માંજ મળી શકે છે ગમે એવાં નબળાઓ પણ આખો દિવસ ખાસ કાળજીબધુ છુટું ખ્યાન મલગાથી જલદીથી દરોજમાં આવી જાય છે. તાકીદે પ્રીનસી. મલને મલો, બેરમે ગુચ્યુઅલ બીલ્ડીંગ, હોનબી રોડ, કોટ મુંબઈ. બહારગામથી આવતા છેકરાઓ માટે ખાસ સમવરલખુ હોરટેલ આપુ છે. (ટે. ૩૧૫૮૨.)

તનદરોસ્તી જાળવવી હોય તો દુશી વજોણાનું (ગોડવાનું) તાજુ ઘી મંગાવો.

હાઈ જીન ડેરી કું.,

૫૮૪, પત્યરકુવા, અમદાવાદ-૧.

સાણંદ રોમાં પ્રથમ શ્રેણીનો મેડલ, ઇનામ તથા સરટીફિકેટ મળ્યા છે.

અહિંસક મધ મંગાવી આપશું.

# ઝંડુ પ્રવાહી સાર

છેલ્લાં લગભગ વીસ વરસથી અમારે ત્યાં બિંબ પ્રકારના પ્રવાહીસાર ઉંચા પ્રકારનાં કાચાં દ્રવ્યોમાંથી બનાવવામાં આવે છે. દ્રવ્યનું સંપૂર્ણ સ્તવ જળવાઈ રહે અને ધારી અચર આપે, તે માટે પુરેપુરી કાળજી રાખવામાં આવે છે. એની લેવાની માત્રા એટલી ઓછી કે કિંમતમાં પણ સરવાળે સસ્તાં પડે છે. એક વખત અજમાયશ કરવા ખાખ બહામણ છે:—

પ્રવાહી અશોકસાર: ક્ષય, દમ અને જાતીના બીજ દરદોમાં અકસીર.

૧) કિંકતસાર: શ્વેતજ્વર તથા જઠર અને યકૃતની નબળાઈમાં ઉપયોગી

૨) આરગવધસાર: બાળો અને સગર્ભા સ્ત્રી માટે સુખ વિરેચન

૩) સ્વેતપક્ષુસાર: દાઢીના તાવમાં અને જીના આડમાં અકસીર

૪) લોહસાર: સ્ત્રીઓના રત્ન સંબંધી દરદોમાં ગુણકારક

૫) પુનર્નવાસાર: યુગ્મીક કે યકૃતથી થયેલ જઘાદરમાં અકસીર

૬) બ્રાહ્મસાર: હીરટીરીઆ, પેશબ અને મગજની નબળાઈમાં આપાદ ઉપાય

૭) કુષ્ઠસાર: દમના હુમલાને દટાવનાર ઉત્તમ ઔષધ

૮) સારીવાસાર: લોહીવિકાર અને જીના સંધિવામાં ગુણકારી

૯) એલીકઝીર ગવાયડાકસોર: દમ, ધનાશુએન્ઝા, ન્યુમોનીયા, ક્ષય તથા ફેસાના દરદોની છેલ્લી રામખાણુ દવા

વધુ વિગત માટે અમારું સુચિપત્ર જોવા વિનંતિ છે.

## ઝંડુ ફાર્માસ્યુટિકલ વર્ક્સ લી.

ગોખલે રોડ, પો. બો. નં. ૫૫૧૩, મુંબઈ ૧૪.  
દુકાન-લાટીઆ મહાજનવાડી, કાલબાદેવી, મુંબઈ ૨

# સાહિત્યના સાગરમાં સફર!!

હાદીમાતૃ વૈદુ—૧૫૦૦ પ્રયોગોનો પોખાલ પોઠો, જેમાં સ્ત્રી પુરુષો અને બાળકોના દરદો, કારણો લક્ષણો અને ઉપચાર સાથે સમગ્રગ્રંથાં છે. ૪૭ પ્રકરણો .. ૫૧૨ પૃષ્ઠ...કીંમત રૂ. ૬૫૫

હુતર ઉદ્યોગ વેપાર—બેકારીના બુઝામાંથી બેચી, શ્રીરોમપૂરની ફતેહ પસાર કરી, સમૃદ્ધિના શીખરે ધક્કા મૂકનારા ૫૦૦ ધંધાઓ હુતરો અને કીમીયાઓ બતાવનારો જંગી ખજાનો... રૂ. ૧૦

અવિશ્વવાણી—તારીખ પરથી ચારિત્ર, જન્મતિથી ઉપરથી ફળ, ત્રિમેરે પુષ્કળ આદિતિથી ભરપૂર ગ્રંથ... રૂ. ૬૫૫

મહાન બનો—ડેલ કારનેગીતું પુસ્તક... રૂ. બે.

બુદ્ધિ-ધન બિરબલ—ત્રિંગી પીકચરો સાથે ચેતન ચતુરાઈની ચમત્કાર વાતો, બેઝનું બેદી અંકરીયું ભરીને ભરચક બનાવશે... રૂ. ૬૫૫

સંસ્કાર લક્ષ્મી—સ્ત્રીઓને બેટ કરવા લાયક પુસ્તક... રૂ. ૬૫૫.

ધરની શાણી—સ્ત્રીઓને બેટ કરવા લાયક પુસ્તક... રૂ. ૬૫૫.

ઉપનિષદનું તત્ત્વજ્ઞાન—મહાન શીલસુદ રાધાકૃષ્ણની કલમમસાદી...રૂ. ૩

છંદગી છતવાની જડીબુદ્ધી—વહેવારમાં ફતેહ મેળવવાની ચાવીનો ખુઝો. કરોડપતિઓની આદ્યમકથા સાથે...રૂ. ૬

મનોરંજન માસિક—દર મહીને ચૂનંદી દોહરાખંધ વાતોના સંગ્રહ બાપે છે...રૂ. ૩૫૫ ના બેટના પુસ્તક સાથે વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૬૫૫.

ચિત્રમય બાળ સાહિત્ય—ખીરબલની ચતુરાઈ... રૂ. ૩.

## એન. એમ. ઠક્કરની કું.

૧૪૦ પ્રીન્સેસ સ્ટ્રીટ -મુંબઈ-૨.



*High Potency*

**COD LIVER OIL CAPSULES**

*1,200 International Units of Vitamin A*

*200 International Units of Vitamin D*

*in each capsule.*

- ★ RENEWS HEALTH
- ★ RESTORES VIGOUR
- ★ INCREASES VITALITY
- ★ IMPROVES EYESIGHT

*Sole Agents:*

**J. E. BARIA & CO.**

Albert Building, Hornby Road, BOMBAY.



*AVAILABLE AT ALL LEADING STORES.*

લક્ષ્મણ તથા શુભ પ્રસંગો માટે

ચોકળા રીયલ મોતી, માણેક, પાનાંના દાગીનાઓના  
હાલની લેટેસ્ટ ડીઝાઇનોમાં મોટા જથ્થામાં  
તૈયાર થયા છે.

★ ★ ★ ★

સોનાના નેકલેસના પુલ સેટો, હાઈ સેટો, તથા ચાકરના સેટો  
તૈયાર મલ્લશેષ તથા ગોર્ડેશ્લી જનાવી આપશું  
તૈયાર ખરીદવા તથા ગોર્ડેશ્લી જનાવવા માટે સ્વાગત છે

# નાનાભાઈ બેજનજી ચોકરી

અવેરીઓ તથા ઘડિયાળોના

ડાચરેટક ઈમ્પોર્ટર

દુકાન નં. ૨૭, દાગીના બજાર—મુમ્તાઝી રોડ,  
પાયધુણી, મુંબઈ ૨.

વૈદ્ય સમ્મેલન ગવાલિયર, મિકાનેર તરફથી પ્રથમ બ્રેલ્લીના પ્રમાણપત્ર  
દેશી વનસપતિ જડીશુદી આયુર્વેદીય ઔષધિ મેલવવાનું વિશ્વાસપાત્ર સ્થાન.

હમારી શ્રી વીરમતિ ઔષધિ નિર્માણશાલામાં ક્રિયાકુશળ વૈદ્યરાજે દ્વારા  
ખનાવેલા રસ, બરબો, ચન્દ્રોદય, પર્પટી ચુર્ણ, તેલ ક્રત  
અવલેહ મુરખા વીગેરે ઉત્તમોત્તમ મળશે.

★ પવિત્ર કેશર

★ સાચું મધ

★ બચ્ચાં માટે મોટી હરડે

★ હીંગ નાગકેસર

★ ફુલ્લ અસલી ખનીજ

★ સુવર્ણ માનિક વૈકાંટ

શુદ્ધકંદ, રત્ન, ભસ્મ, આસવ, અરિષ્ટ, ચુર્ણ, ગોલીયો, સિદ્ધ  
ધૂત, તેલ, અવલેહ, પાક, શુદ્ધ શિલાજીત, કસ્તુરી, અંબર,  
ગુલાબજલ, સોના અને ચાંદીના વર્ષ અને શારંગોકત  
વિધિથી ખનાવેલી વિશ્વાસનીય ઔષધીઓ

શુ ર જ વ લ ભ દા સ

ઔષધી બંડાર, સ્વચ્છેશી જાબર લીમીટેડ  
નર નારાયણ બિહિડંગ, કામળાદેવી, મુંબઈ ૨.

When all hopes lost Call or Dial 26130

**Dr. S. B. MADON D. P. (America)**

(American Nature Cure & Massage Specialist)

General Assurance Building, 232, Hornby Road,

BOMBAY.

## **NATURE CURE !!**

by natural use of

**"JOY BEAUTY LIFE" CASCADE & INNER CLEAN"**

Constipation, Gas & Heart trouble Can be  
successfully cured

Booklet Free ! Diagnosis Rs. 15/-

---

**FOR PERFECT HEALTH DRINK**

## **'VIOLA' ORANGE CRUSH**

Available at all stores

**MODI & CO.**

265, Princess Street, BOMBAY 2

Phone :

3 4 4 6 3

Try our **Chamelli Agarbatti**

## “ટોનપ”

બૂખનો અભાવ, માથામાં ભારેપણું, બહેનગી, વાયુ, બરળ લીવર, વિષયક ફરીયાદો, પાંડુરોગ, થક, ધાતુક્ષીણતા, પીસાળ ઓછો આવવો, સ્મૃતિશ્રમ, માસીક અટકાવની ગેરવ્યવસ્થા, પ્રદર. કમરનીખીઝ, સુકીખાંસી, માથુસીક અને સર્વ સામાન્ય નબળાઈ માટે અકર્શીર ધલાજ. જીવનકાલ માટે શક્તિ, ચેતન, આનંદ, તાગત્રી આપે છે. સ્ત્રીઓ તેમજ પુરૂષો સર્વથી રીતે ઉપયોગ કરી શકે છે. બનાવનાર કપીલ રસ શાળા મુંબઈ.

## “રક્ત-ગંધક”

શરીરમાં લોગા થયેલા એરી પદાર્થોથી અને બહારના ચેપથી બને પ્રકારતા દરદોષર રક્ત ગંધક અકર્શીર છે. એરી પદાર્થો હાંફી કાઢી, પીસાળ સાફ લાવી, ઉપદેશની નિવૃત્તીઓ દુર કરે છે. લોહી સુધારવા માટે રક્ત-ગંધક વાપરો.

## ઝીમેકસ

લીલાં સુકાં ખરગવા માટેનો એકજ ઇલાજ...ધલેકટ્રીક, એક્સ-રે અને ઈન્જેક્શનોથી કંટાળેલા દરદીઓ માટે સચોટ ઉપાય.

ટી. એમ. ઠાકોર એન્ડ કું.

૪૩, ચર્ચગેટ સ્ટ્રીટ મુંબઈ-૧.



રખડપતી વીનાં તમામ ઔષધીઓ ધરખેઠાં મેળવે !

## ★ અમારી કેટલીક સ્પેશીયાલીટીઝ ★

બાદશાહી ચાટણુ ○ સુવર્ણ દેશરયાઈ  
ભાંગરા હેર ટોનીક ○ વાઢેરી મૂળનો પાઉડર  
અસલ નાગદેશર ○ પ્રવાળયુક્ત ગુલકંદ  
નેપાલનું પહાડી મધ ○ નેપાલી શીલાજીત

કુ-પામા ક્રેબ્બી દવાના પારસલો મોકલ્યે છીએ  
વધુ માહિતી માટે “ તદ્દરાસ્તીની તીમેરી ” મફત મંગાવો

## મીસીસ જે. પી. વાચ્છા

ન્યુ સીતારામ બાઈડીંગ, ડી પ્લોટ ૨૭૬, પ્રીન્સેસ સ્ટ્રીટ, મુંબઈ ૨

### ૫૦ વર્ષથી પંકાયેલો

મજૂર છાપ ગોલાળી મલમ—ચંદન બોરીક ઝીક રસરાજ નવસાર  
માખણની મેવવણી...ગુંમડાં ભગંદર તથા ચામડીના રોગો મટાકે છે  
ફરાજનો કાળો મલમ—બોરીક કારબોલીક સીટ્રોનેલા સેવીસીલીક  
કાષસોફેનીક તથા વેસ્લીન...ઘાદર મજકર્ણ દૂર કરે.

બુટક હળી દુઆના...વેપારીઓને કીફાયત . એજ ટોને ઉદાર શરતે

શીણાઈ કેમીકલ વર્કસ છીપી ચાલ, મુંબઈ ૨.

### ૧૦૦ બુટ્ટીની તાસીર મેળવવા ઇરાનશાહ પધારો

મલ'વ તી બોધ ★ વફતી માળખી ★ મરખીના ફાડયા ★ ફરમાસુ ઉબરીયા  
બાદશાહી પદવાનો ★ પોરચુશીઝની મઝા ★ સ્વર્ગ જેવી શક્તિ ★ મહેલ જેવી  
સગવડ ★ એટમ જેવી શક્તિ ★ કાબુલ જેવી હવા ★ તાબા જેવી તાબી !  
તહેવારમાં, સ્વીની સ્વામાં, તોફાની ટોળકી સાથે ખુશાલ ઉતરી પડે !

ગ્લોબ હાટેલ,

ઇરાનશાહની ગોદમાં  
ઉદવાડા.